

ماہنامہ

کراچی

روحانی ڈائجسٹ

37
04

پچھلے شمارے کے جالدار
اور پچھلے شمارے کے جالدار

مارچ ۲۰۲۰ء

خداوندوں نے اللہ کے سوا اور کارساز مقرر کر رکھے ہیں ان کی مثال مکڑی
کی ہے کہ وہ بھی ایک گھر بنا لیتی ہے، حالانکہ تمام گھروں سے زیادہ گھر
مکڑی کا گھر ہی ہے، کاش وہ جان لیتے۔ (القرآن)

روحانی ڈائجسٹ

مارچ ۲۰۲۰ء

قیمت 75 روپے

WWW.PAKSOCIETY.COM



پڑھ تیز ادب بڑا کریم ہے جس نے علم سکھایا قلم سے
پیغمبرانہ تعلیمات، روحانی و سائنسی علوم اور نظریہ رنگ و نور کا نقیب

جلد: 37 شمارہ: 4

مارچ 2015ء / جمادی الاول 1436ھ

فی شمارہ: 75 روپے

کراچی

ماہنامہ

مکہ: آل پاکستان نیوز پیپر سوسائٹی

سالانہ خریداری کی شرح

پاکستان (بذریعہ رجسٹرڈ ڈاک) سالانہ 800 روپے
بیرون پاکستان کے لیے سالانہ 70 امریکی ڈالر

خط کتابت کا پتہ

7-D. 1-1، ٹھہر آباد کراچی 74600

پوسٹ بکس 2213

فون نمبر: 021-36685469

فیکس: 021-36606329

ای میل فیس بک ویب سائٹ

roohanidigest@yahoo.com

digest.roohani@gmail.com

facebook.com roohanidigest

www.roohanidigest.net

سرپرست اعلیٰ

ابداً الْحَيُّ قَلْبُهُ بَابُ الْوَلِيَّةِ

چیف ایڈیٹر

خواجہ شمس الدین عظیمی

جینٹل ایڈیٹر

ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی

ڈی ایچ۔ ڈی۔ راجندر پتہ۔ دہلی

اعزازی معاون

سہیل احمد

پبلشر، ایڈیٹر، ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی، ڈی ایچ۔ ڈی۔ راجندر پتہ۔ دہلی

74600، ٹھہر آباد کراچی 7-D. 1-1، ٹھہر آباد کراچی 74600

Copied From Web

67

35

76

اس ماہ بطور خاص۔۔۔

روحانی طبیبہ و طالبات مناہاں بہنوں اور منیوں کے لیے
مشالی کردار۔۔۔

31..... احمد بن شہزاد

ہم مفسر۔۔۔

یہ کہانی رستمن بوٹائی ایک مختصر انگریزی کہانی
The Eyes Have It (آنکھیں یہ تیرا کاربند ہے۔

67..... ترجمہ: یعقوب جمیل

دو گز مسین۔۔۔

انسان اور گرد و منڈلاقی اپنی رنگ برنگ تہاؤں کی

تہاؤں منہ می لینے کے لیے بڑی تک دو کرتا ہے مگر۔۔۔

76..... لیوناسٹائی

عقل حیران ہے،

سائنس حنا موش ہے۔۔۔

ٹاسٹر ڈیس۔۔۔ نفس جو آنے والا کل دیکھ سکتا تھا

59.....

ماسٹر فلنسیس

جدید طبی تحقیق کے مطابق طبیعت کو خوشگوار بنانے

کے لیے مراقبہ کا نسل ادویات سے زیادہ بہتر ہے۔

15.....

یہاں خوش قسمتی دستیاب ہے۔۔۔

کوئی دست شناس ہے کہ آپ کے ہاتھ میں دولت

کی لکیر نہیں تو پریشان ہونے کی ضرورت نہیں، اب پام

سر جری کی مدد سے آپ کی قسمت کی لکیریں آپ کی پسند

کے مطابق چھوٹی بڑی یا کمزیر یا زیادہ کی جاسکتی ہیں۔

35.....

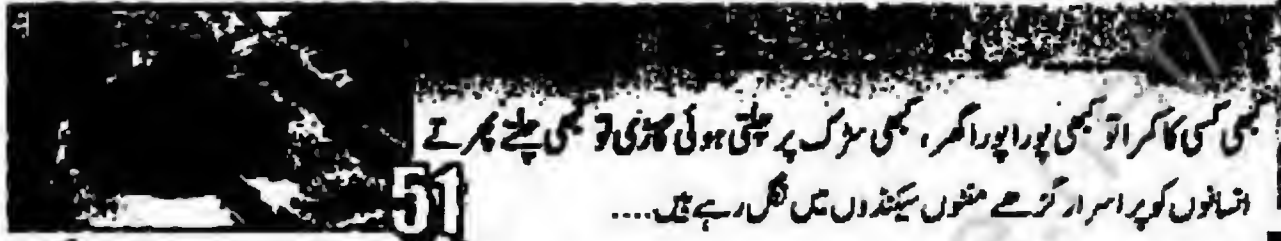
ظلمت سے نور تک

روڈ نوٹہ ایک نو مسلم صحابی کی روحانی سرگزشت

ہے۔ یہ سرگزشت گزشتہ نصف صدی سے ذوق و شوق

سے پڑھی جا رہی ہے۔ محمد اسد۔۔۔ 39

- لور الہی نور نبوت.... اللہ اور اس کے رسول کا فرمان....
 06... خواجہ شمس الدین عظیمی
 07... صدائے جس.... اسلام اللہ کا قانون ہے، جس میں عورت کو مسلم حقوق دیے ہیں۔ خواجہ شمس الدین عظیمی
 11... حق الیقین.... کامیابی کی پہلی شرط ایمان اور دوسری شرط اچھے کاموں کی انجام دہی ہے۔ ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی
 25... افسانہ میں مدرسہ و حقائق سے قسم ناک.... کاشف رضا....
 28... سول سوسائٹی کی جنت و جہنم.. مہمانِ کالم اور یا مقبول جان....
 91... جتنی حبائتی زندگی.... زندگی کا ایک رخ یہ بھی ہے۔ آپ جتنی کہانیوں پر مشتمل سلسلہ....



- منسوبہ بندی سے زندگی کو کامیاب بنائیں... محمد زید بیگ 103...
 107... مہنگائی کو دانش مندی سے قابو کریں!... نغمہ خواتین کے لیے ندیم مرزا
 99...
 103...
 107...
 99...

میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں، میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا کھڑا غرا ہوا ہے۔
 99... فاروق سرور...

بڑے ہوتے بچوں کے جذبات کو دیکھیے!... والدین کے لیے مشورے... کشور کنول.... 109...
 کیسٹرن.... اب مہلک مرض نہیں رہا، بروقت تشخیص سے علاج ممکن ہے....
 121... ♦♦♦



تو ذہنی تناؤ میں مبتلا ہونا فطری عمل ہے۔
 ڈپریشن.... جڑی بوٹیوں سے دور کریں....
 محمد زین حنیف.... 131...

<p>ایک سو دو روٹی در کھاپ عربی مہارک کھنڈر بابا اور لیاؤ</p> <p>195</p> <p>رومانی در کھاپ ہر عربی مہارک نہ پور نش</p>	<p>پاکستان</p> <p>درمائی سوات</p> <p>179</p> <p>جس کے کنارے ایک جبل خوش رنگ آپ ہے</p>	<p>83</p> <p>پارس</p> <p>ایک لڑکی کی کہانی جسے روحانی راہوں پر چلنا تھا۔</p>
---	---	--

147

خواتین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بال گنے، لمبے اور چمکدار ہوں۔ بالوں کی خوبصورتی میں اچھی صحت کا بہت بڑا حصہ ہے۔
نیہا جبار... 147

پیشانی کا استعمال اور لمبی مسر... جاپانیوں کی لمبی عمر کا راز... 134...
پیشانی... غذائی اور طبی خواص کا حامل پھل... محمد احسن عباسی... 137

127

گھر میں پیش آنے والے زیادہ تر حادثات خطرناک نہیں ہوتے تاہم لاپرواہی برتنے کی صورت میں یہ حادثے شدید بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔

طبعی مشورے... گیس کے اسباب، احتیاط اور غلط... حکیم عادل اسماعیل... 151
گھر کا معالج... ایسے مسائل جن کا حل ہمارے گھر میں موجود ہے... 155...
اشرف ہاشمی کے نو گنے... بدمذہبوں کی میں کام آنے والے گھریلو نسخے... اشرف سلطانہ... 157
کیفیات مسراقبہ... مراقبہ کے دوران مختلف کیفیات کا احوال... 163...
قرآنی انسائیکلو پیڈیا... قرآنی الفاظ کی تشریحات... 169...

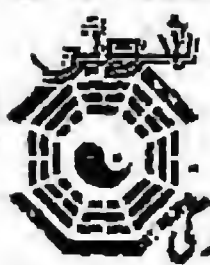
141

عام طور پر لوگ پودے کا مصرف صرف یہی سمجھتے ہیں کہ اسے سالن میں خوشبو کے لیے استعمال کیا جاتا ہے جبکہ پودے کو قدرت نے حیرت انگیز خصوصیات سے مالا مال کر رکھا ہے۔ طوبی دانش... 141

روحانی سوال و جواب... مراقبہ کیا ہے... خواجہ شمس الدین عظیمی... 171
خطبات عظیمی... خیالات دماغ میں سے نہیں آتے... خواجہ شمس الدین عظیمی... 173
بچوں کا روحانی ڈائجسٹ... بچوں کے لیے کہانیاں، لطیفے اور پہیلیاں... نبیل عباسی... 183
روحانی ڈاک... آپ کے مسائل کا حل ڈاکٹر یوسف عظیمی کے قلم سے... 203...

175

رضوی
تنوع

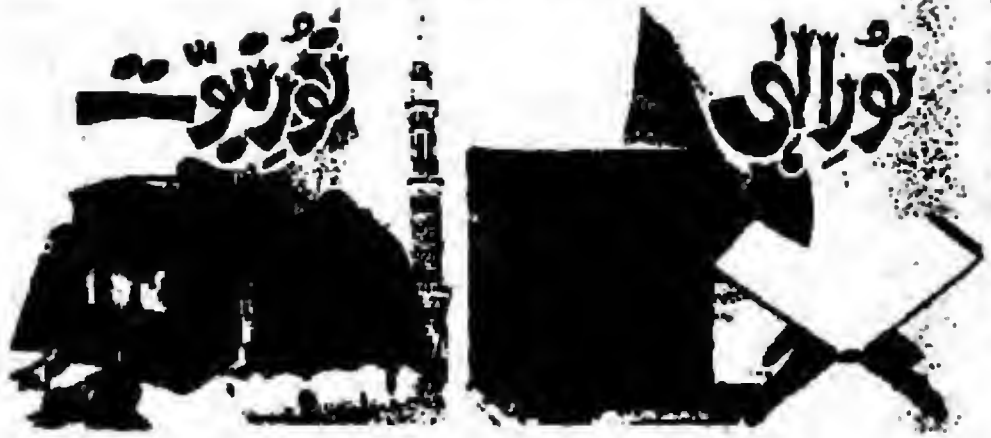


115

جسم کی صحائف



انسانی جسم کی کہانی، اس کی رہنمائی
زندگی میں بہتری لانے کا نام
بچوں پر نقل روحانی ڈائجسٹ سے منتخب حیرت



ہر آدمی یہ جانتا اور سمجھتا ہے کہ خاندان کے افراد جب تک مل جل کر یکجائی جذبات کے ساتھ رہتے ہیں ان کی ایک حیثیت ہوتی ہے، ان کی اپنی ایک آواز ہوتی ہے، ان کی ایک اجتماعی قوت ہوتی ہے۔ ملت اسلامیہ کی شیرازہ بندی کی طرف قرآن ہمیں ان الفاظ میں متوجہ کرتا ہے۔

ترجمہ: ”اور تم سب مل کر اللہ کی رسی کو مضبوطی سے تھام لو اور تفرقہ مت ڈالو۔“ (آل عمران: 103)

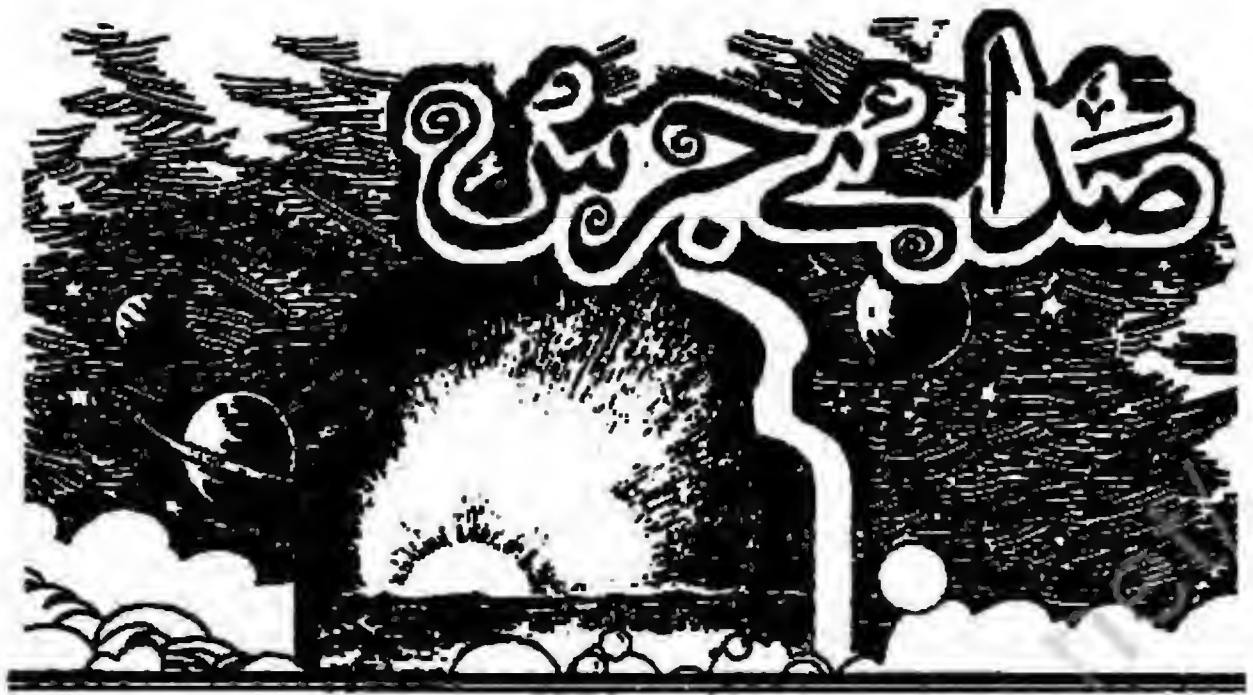
اسلام انسانیت کی بقاء، معاشرے میں امن و سلامتی، اتحاد، اخوت اور بھائی چارے کا ضامن ہے۔ اس میں فرقہ پرستی کی کوئی گنجائش نہیں۔ قرآن ایک خاندان، ایک نسب کی طرح مسلمانوں کو ہدایت کرتا ہے کہ سب متحد ہو کر مضبوطی سے ساتھ اللہ کی رسی کو پکڑیں اور بکھر کر اپنی طاقت کو ختم نہ کریں۔ حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم فرماتے ہیں:

اجتماعی وحدت کو اللہ کی تائید حاصل ہوتی ہے، جو کوئی جماعت سے جدا ہو گا وہ دوزخ میں جا گرے گا۔ (ترمذی)

اللہ تعالیٰ نے قرآن حکیم میں ایک مقام پر فرمایا:

”بیشک جن لوگوں نے (جد اجدار اپنی نکال کر) اپنے دین کو پارہ پارہ کر دیا اور وہ (مختلف) فرقوں میں بٹ گئے، آپ کسی چیز میں ان کے (تعلق دار اور ذمہ دار) نہیں ہیں۔“ (سورہ انفاح: 159)

اس آیت کریمہ میں حضور نبی اکرم صلی اللہ علیہ وآلہ وسلم کو آگاہ کیا جا رہا ہے کہ ایسے لوگوں سے کوئی تعلق نہ رکھا جائے، جنہوں نے اپنے دین کو ٹکڑے ٹکڑے کر کے اپنی جمعیت کا شیرازہ منتشر کر دیا۔



کوئی نظام اس ہی وقت نظام کا درجہ پاتا ہے جب اس کی بنیادیں مستحکم ہوں اور اس نظام کو چلانے والے اس کی حفاظت میں کمر بستہ رہیں۔

زمین پر آدم و حوا کے وجود کے ابتدائی مرحلہ سے لاکھوں سال بعد تک معاشرتی نظام قائم ہے۔ جیسے جیسے شعوری ارتقاء ہوتا رہا.... معاشرے کی بنیادیں تو وہی تھیں لیکن ضرورت کے مطابق اصلاح و تجدید ہوتی رہی۔

آدم و حوا جنت سے جب زمین پر آئے تھے اسی وقت ستر پوشی کا نظام قائم ہو گیا تھا۔ زمین پر آدم و حوا کی نسل بڑھی تو زندہ رہنے کے وسائل کی پیداوار اور تقسیم کا عمل شروع ہوا۔ پھر یہ معاشرہ ایک عورت اور مرد کی حسن تدبیر سے خاندان، قبائل، قوم اور ملک کی صورت اختیار کرتا چلا گیا۔

زندہ رہنے اور حیوانات سے ممتاز ہونے کے لئے آدم نے (اپنے علم سے جو اسے یوم ازل میں منتقل ہو چکا تھا) قوانین بنائے۔ ہاتل، قاتل دونوں بھائیوں میں سے ایک بھائی نے جب اپنے باپ آدم کے بنائے ہوئے قانون کو ضد، ہٹ دھرمی اور اپنی انا سے توڑ ڈالا تو زمین پر پہلا قتل ہو یعنی قانون توڑنے کا پہلا رد عمل اولاد آدم کے سامنے قتل کی صورت میں ظاہر ہوا۔

آدم نے اپنے پیغمبرانہ علم کی روشنی میں انسانی نسل کے لئے جو معاشرتی قوانین ترتیب دیئے۔ اسی بنیاد پر اصلاحی کام شروع ہوا.... مرد اور عورت دونوں کے حقوق کا تعین ہوا۔

وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ چالاک اور خود غرض لوگوں نے معاشرے میں قدغن لگائی اور اصلاحی معاشرہ تخریبی معاشرہ بن گیا.... مرد چونکہ اعصابی طور پر مضبوط تھا اس نے چالاک حکمت عملی کے تحت زور بازو سے ہر چیز کو اپنی ملکیت بنا لیا۔ فطرت کا یہ قانون کہ ”مرد و عورت دونوں ایک دوسرے کے ساتھ اور لباس ہیں اور دونوں اس طرح مساوات کے عمل میں شریک ہیں کہ ہر کوئی اپنا فرض پورا کرے اپنا حق حاصل

کرے کسی کے حق پر غاصبانہ قبضہ نہ کرے اور اپنا حق نہ چھوڑے۔“

پر عمل نہیں ہو سکا۔ چونکہ معاشرہ مرد اور عورت (دو پونٹ) کے بغیر مکمل ہی نہیں سکتا۔ اس لئے مرد نے پہلی ضرب عورت پر لگائی اور وہ یہ بھی بھول گیا کہ.... ”مرد کی پیدائش اور تحقیق کے عمل میں مرد کے کردار کے مقابلے میں عورت کا کردار تین حصے زیادہ ہے۔“

جنسی غلبے نے آدم زاد کو حیوانات سے زیادہ مغلوب کر دیا۔ اور اس طرح.... عورت کو گھریلو استعمال کی ایک چیز سمجھا جانے لگا۔ بھیڑ بکریوں کی طرح اس کی خرید و فروخت ہونے لگی۔ مرنے والے مرد کے مال کے ساتھ عورت وراثت میں تقسیم ہو جاتی تھی۔ یورپ میں عورت کی وقعت اس حد تک کم تھی کہ وہ عورت کو انسان تسلیم کرنے پر تیار نہیں تھے۔ ہندوستان میں بیوی کو خاوند کے ساتھ سٹی کر دیا جاتا تھا۔ یعنی خاوند کے ساتھ زندہ جلا دینا عورت کا مقدر بنا دیا گیا تھا.... وہی یورپ جو عورت کو انسان کا درجہ دینے پر تیار نہیں تھا.... انقلاب فرانس کے بعد وہاں اتنا ضرور ہوا کہ عورت کو مرد کی خدامہ تسلیم کر لیا گیا۔

زمانے کے نشیب و فراز کے ساتھ زمین پر فساد برپا ہوتا رہا اور آدم کا پیرا زمین کو اجاڑنے کے منصوبے بناتا رہا.... پھر حرص و حوس اور اقتدار کی بجلی میں ایسے ایسے مہلک ہتھیار بتائے کہ زمین پر فتنوں نے کھلنے کی بجائے آگ و خون کا بازار گرم ہو گیا.... اقتدار کی خواہش نے لاکھوں مردوں کو لقمے اجل بنا دیا۔ مرد کم ہو گئے تو عورتوں کی کثرت سے نئے نئے مسائل سامنے آئے۔ عورتیں پاگل ہو کر سر بازار آگئیں۔ زمین پر آدم کی نسل کم ہونے لگی تو مرد سر جوڑ کر بیٹھے اور عورت کو ایسی آزادی دی کہ معاشرہ مزید درہم برہم ہو گیا۔ غیر جانبدار سوچ بتاتی ہے کہ اس میں بھی مرد کی خود غرضی سے صرف نظر نہیں کیا جاسکتا۔

سوال یہ ہے کہ سب کچھ مرد ہی کیوں کرتے ہیں۔ کیا عورت میں عقل و شعور نہیں ہے۔ کیا عورت مرد کی ماں نہیں ہے۔ کیا وہ عضو معطل ہے؟

کسی بھی زمانے میں مرد نے اپنی طاقت، مضبوط اعصاب، شیطنت اور مکر و فریب سے عورت کو اقتدار میں اپنے برابر نہیں بٹھایا۔ اب جب کہ عورت کو حقوق دینے کی باتیں ہو رہی ہیں اور مساوات کے نام پر عدم مساوات کی تحریکیں چلائی جا رہی ہیں مادی چکا چوند میں معاشرے کو تباہی کی طرف دھکیلا جا رہا ہے یہ بھی زمین پر آباد پر امن لوگوں کے خلاف ایک سازش ہے۔

عورت اور مرد معاشرے کے دو اہم رکن ہیں جس طرح مرد کے بغیر کوئی معاشرہ قائم نہیں ہو سکتا اسی طرح معاشرے کے اہم ترین رکن عورت و اگر الگ کر دیا جائے تو سارا کائناتی نظام درہم برہم ہو جائے گا۔ خالق کائنات نے جو تحقیق کرنے والوں میں بہترین خالق ہے۔ کائناتی معاشرے کو دو رخنوں سے بنایا ہے اور بار بار پیغمبروں کے ذریعہ اس کی وضاحت کرائی ہے۔ عورت اور مرد دونوں کی تحقیق ہے۔ عورت اور مرد دونوں کے اپنے اپنے فرائض ہیں جب بھی ان فرائض منصبی کو کم وقعت سمجھا جائے گا معاشرے میں ٹوٹ



جب کسی مسئلہ کو حل کرنے کے لئے ڈانڈے ملائے تو بہت سی ایسی باتیں سطح پر ابھر آتی ہیں کہ جن کا تجزیہ اگر کیا جائے تو بہت تلخ حقائق منہ شہود پر جلوہ گر ہوتے ہیں۔
قرآن کہتا ہے کہ اللہ نے ہر چیز جوڑے جوڑے بنائی ہے۔ مذہبی حلقہ کہتا ہے کہ عورت کو مرد کی اداسی کم کرنے اور اس کا دل خوش کرنے کے لئے پیدا کیا گیا ہے۔
نفقت و عصمت کا تذکرہ آتا ہے تو وہاں صرف اور صرف عورت زیر بحث آتی ہے۔ کیا مرد کو عفت و عصمت کی ضرورت نہیں....؟

یہ عورت وہ عورت ہے جس کے خون کا ایک ایک قطرہ مرد کا ایک ایک عضو بن جاتا ہے یہ وہ عورت ہے جو اپنے اندر موجود تخلیقی قار مولوں سے بارہ کھرب خلیوں کو جنم دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو نو مہینے اپنے پیٹ میں بچہ کی نشوونما کے لیے دن رات ایک کر دیتی ہے۔ یہ وہ عورت ہے جو مرد کے لئے زندگی میں کام آنے والی تانے بانے سے جسمانی خد و خال کے لباس تیار کرتی ہے یہ وہ عورت ہے جو جو دو سال تک اپنا خون جگر بچہ کے اندر اندھینق رہتی ہے یہ کیسی بد نصیبی اور ناشکری ہے کہ وہی مرد جس کی رگ رگ میں عورت کی زندگی منتقل ہوتی رہتی ہے۔ مرد کی تفریح کا ذریعہ سمجھی جاتی ہے۔ بے روت معاشرے نے عورت کو مرد کے مقابلے میں ایسا کردار بتایا کہ جس کو دیکھ کر ندامت سے گردن جھک جاتی ہے۔ مرد نے عورت کو ایک اشتہاری چیز بنا دیا ہے۔ سڑکوں پر آدیں اسی بوڑھوں پر، اخباروں میں، ضرورت زندگی کی اشیاء کے پیکٹوں پر انتہاء یہ کہ گندگی اور غلاظت صاف کرنے والے ٹین کے سر بند ڈبوں پر بھی ہمیں عورت کی تصویر نظر آتی ہے۔

نہ! عقلی بے حرمتی ہے اس ہستی کی جس نے اپنا سب کچھ کر مرد کو پروان چڑھایا ہے۔

بالشبہ یہ کھلی نا انصافی اور فراموشی ہے۔ ناشکری اور نا انصافی کا رد عمل اس قدر پیانک اور ظلم ناک ہوتا ہے کہ تاریخ اس سے لرزہ بر اندام ہے دنیاوی علوم سے آراستہ دانشوروں کا یہ وطیرہ کم عقلی پر غبی قرار دیا جاسکتا ہے مگر جب ہم یہ دیکھتے ہیں کہ روحانی علوم کے لاتناہی میدان میں بھی عورتوں کو نظر انداز کیا گیا تو اعصاب پر موت سے کی سی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ سینکڑوں سال کی تاریخ میں مشہور، معروف، اولیاء اللہ کی فہرست پر نظر ڈالئے تو صرف ایک عورت کی نشاندہی ہوتی ہے اور اسے بھی آدھا قلندر کہہ کر اس کی بے وقعتی کی گئی ہے۔ کیا عورت اور مرد کے اندر الگ الگ روحیں کام کرتی ہیں۔ کیا روح میں تخصیص کی جاسکتی ہے؟ کیا روح بھی کمزور اور ضعیف ہوتی ہے؟ اگر ایسا نہیں ہے تو عورت کی روحانی اقدار کو کیوں محجوب رکھا گیا ہے؟ مردوں کی طرح ان خواتین کا تذکرہ کیوں نہیں کیا گیا جو اللہ کی دوست ہیں؟ وہ کون سی ایسی صفت ہے جو سورۃ احزاب کی ۳۵ ویں آیت میں مردوں کے لیے گنوائی گئی ہے اور عورتوں کو اس محروم رکھا گیا ہے؟ اللہ تعالیٰ مرد اور عورتوں کی

یکساں صفات بیان کرتے ہیں ارشاد فرماتے ہیں:

تحقیق مسلمان مرد اور مسلمان عورتیں اور ایمان والے مرد اور ایمان والی عورتیں اور قرآن پڑھنے والے مرد اور قرآن پڑھنے والیاں اور سچے بولنے والیاں اور صبر کرنے والے مرد اور صبر کرنے والیاں اور عاجزی کرنے والے اور عاجزی کرنے والیاں اور خیرات دینے والے مرد اور خیرات دینے والیاں اور روزہ رکھنے والے اور روزہ رکھنے والیاں اور تمکباتی کرنے والے شرم اپنی کی اور نگرانی کرنے والیاں اور یاد کرنے والے اللہ کو بہت یاد کرنے والیاں تیار کیا ہے اللہ نے واسطے ان کے بخشش اور ثواب بڑا۔ (قرآن)

اسلام شرف کا علم بردار ہے۔ اس نے سارے انسانوں کو واجب عزت قرار دیا ہے۔



اسلام اللہ کا قانون ہے۔ اس قانون نے عورت کو مساوی حقوق دیئے ہیں۔ معاشرے کی تعمیر میں عورت کا بھرپور کردار ہے۔۔۔۔۔ وراثت میں اسے حصے دار بنایا ہے۔ بالغ عورت کو کسی کے ساتھ نکاح پر مجبور نہیں کیا جاسکتا۔ شوہر کے لئے عورت کے حقوق پورے کرنا اسے خوش رکھنا اور اس پر خرچ کرنا اللہ نے عبادت قرار دیا ہے۔ عورت کے اوپر بھی مرد کے حقوق قائم کئے ہیں۔ عورت کو معاشرے کی تعمیر میں ایک اہم کردار ادا کرنے یعنی اولاد اور نسل انسانی کی صحیح تربیت اور تعلیم کی ذمہ داری سونپی گئی ہے۔

موجودہ سائنسی اور مادیت گزیدہ معاشرہ میں عورت کے اوپر یہ فرض عائد ہوتا ہے کہ وہ اللہ کے دیئے ہوئے حقوق کی حفاظت کرے۔۔۔۔۔ اپنی انا کو مٹولے اور دیکھے کہ اس کے کاندھوں کو قدرت نے کتنا طاقتور اور مضبوط بنایا ہے۔ عورت پر لازم ہے کہ وہ اپنی نسل اور اپنی اولاد۔۔۔۔۔ بیٹے اور بیٹیوں کو بتائے کہ مادی اقتدار عارضی ہے۔ مادی زندگی قریب کے لباس میں قید ہے۔۔۔۔۔ محض مادی اقدار قوموں کے زوال کی علامت ہے۔ مادی اقدار کے پجاری اخلاقی قدروں کو پامال کر دیتے ہیں اور زمین آگ کا دریا بن جاتی ہے۔ اور اس آگ میں مرد اور عورت دونوں جل کر بھسم ہو جاتے ہیں۔

اے عورت! تو میری مال ہے۔

تو نے مجھے جنم دیا ہے۔ عدم سے وجود میں لانے کیلئے تو میرے لئے وسیلہ اور ذریعہ بنی ہے۔

تیرے اندر کی آتما، تیری روح نے میری تخلیق کی ہے۔

اے عورت! تو میری شناخت ہے تو نہ ہوتی تو میں بھی نہ ہوتا۔

میری رگوں میں جو خون دوڑ رہا ہے وہ تیرا ہی خون ہے۔

اے میری ماں، میری بہن، میری لخت جگر بنی! تم اور مرد ایک اللہ کی تخلیق ہو تمہارے اور مرد کے اندر ایک

اللہ کی روح ہے۔ تمہارے اندر بھی وہ تمام صلا صحتیں اور صفات موجود ہیں جو قدرت نے مرد کو ودیعت کی ہیں۔



پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو پیسے کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا
- ✧ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو مائیل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پریویو
- ✧ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan

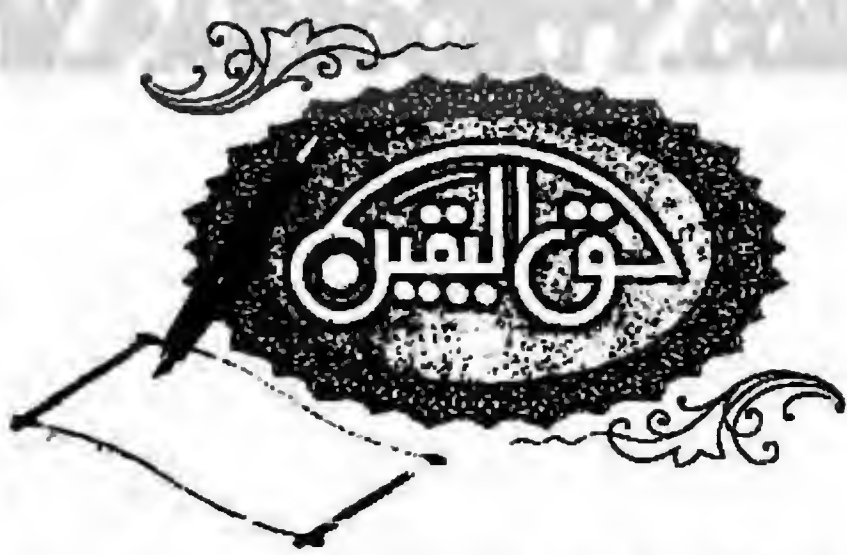


Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1



ایک پر امن، خوشحال و مستحکم معاشرہ کے قیام کے لئے سب سے جامع، ہمہ گیر اور دنیا کے تمام خطوں اور وقت کے تمام ادوار کے لئے قابل عمل رہنمائی اللہ کی آخری کتاب قرآن مجید اور اللہ کے آخری نبی حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی تعلیمات میں ملتی ہے۔

الحمد للہ ہم مسلمان ہیں، رحمتہ اللعالمین ﷺ کے پیروکار ہونے کا دم بھرتے ہیں۔ تو پھر آج ہمارا معاشرہ اجتری اور افرا تفری کا شکار کیوں ہے؟ ہمارے ملک میں رشوت، ملاوٹ، میرٹ کا قتل، ظلم و زیادتی کیوں عام ہے۔ قرآن اور تعلیمات نبوی ﷺ سے آگہی کے باوجود ہم ان خراب حالات سے کیوں دوچار ہیں؟ ہمارے ساتھ مسئلہ کیا ہے؟

سنجیدگی اور غیر جانبداری سے غور کریں تو اندازہ ہو گا کہ ہمارا مسئلہ ہماری ذہنی کجی ہے۔ ہم اپنی سوچ و فکر کا جائزہ لیں تو اندازہ ہو گا کہ اپنی ذات، اپنے معاشرہ، اپنے ملک میں ہم ذہنی معیارات پر عمل پیرا ہیں۔ ہم قرآن کی تلاوت کرتے ہیں لیکن اپنی زندگی اس کی ہدایت کے مطابق بسر نہیں کرتے۔ حضرت محمد ﷺ سے تعلق بلکہ عشق کا دم بھرتے ہیں لیکن اس کا اظہار آپ ﷺ کے اسوۂ حسنہ پر عمل کے ذریعہ نہیں کرتے۔ ہم میں سے اکثر کا حال یہ ہے کہ ان کے لئے دین الگ ہے اور دنیا الگ اس طرز فکر اور طرز عمل نے ہمارا حال بگاڑ دیا ہے۔ سوال یہ ہے کہ ہمارا حال درست کس طرح ہو سکتا ہے۔ آئیے اس سوال کا جواب قرآن سے حاصل کرتے ہیں۔

اور جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور اس چیز کو منانے لیا جو محمد (ﷺ) پر نازل ہوئی اور وہ ہر امر حق ہے ان کی رتبہ کس جانب سے۔ اللہ نے ان کی برائیاں ان سے دور کر دیں اور ان کا حال درست کر دیا۔

سورۃ محمد کی اس آیت میں دنیا میں کامیابیوں کے حصول کے فارمولہ کا بیان ہوا ہے۔ دنیا کی ایسی کامیابی جس کے ساتھ اللہ کی رضا، اللہ کی مدد اور اللہ کا فضل شامل ہے۔ یہ فارمولہ نہایت واضح اجزاء پر مشتمل ہے۔

[1] یہ ان لوگوں کے لئے ہے جو اللہ پر ایمان لائے۔

[2] یہ ان ایمان لانے والوں کے لئے ہے جنہوں نے اس دنیا میں اچھے کام کئے۔ (اچھے کام کیا ہیں؟ اس کا مختصر جائزہ ہم آئندہ طور پر لیں گے)

[3] ان ایمان لانے والوں اور اچھے کام کرنے والوں نے محمد ﷺ پر نازل ہونے والے

قرآن کو ”جو باری تعالیٰ کی طرف سے حق کے ساتھ نازل ہوا ہے“ کہا

ضابطہ حیات کی حیثیت سے تسلیم کر لیا ہے۔

جو لوگ اس راستہ کو اختیار کر لیتے ہیں قرآن کے مطابق اللہ ان کی برائیاں ان سے دور کر دیتا ہے اور ان کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

برائیاں دور کرنے اور حال کی درستگی کی مثال ایک بیمار جسم سے بھی دی جاسکتی ہے۔ یعنی کوئی جسم جو بیماریوں کا مہربن چکا ہو اس کی تمام بیماریاں ختم ہو جائیں اور وہ مہتمم و تندرست ہو جائے....

اپنے ارد گرد نظر دوڑائیں ہمارا اپنا حال بھی کچھ ایسا ہی نظر آئے گا۔ ہمارے معاشرے میں کافی طرح کی خرابیاں اور کئی اقسام کی بیماریاں محسوس ہوں گی۔ کبھی کبھی تو ان خرابیوں یا ان بیماریوں کی شدت اتنی زیادہ محسوس ہوتی ہے کہ بہت سے لوگ یہ سمجھنے لگتے ہیں کہ شاید یہ کبھی ٹھیک ہی نہ ہو سکیں۔۔۔۔۔ یہ ایسا ہی ہے جیسے بیماری کی شدت کسی مریض کو شفاء سے زندگی سے مایوس کر دیتی ہے۔ اپنے معاشرہ کی خرابیوں کو دیکھ کر ذکھ اور اضطراب میں مبتلا بعض ہم وطنوں پر بھی مایوسی طاری ہونے لگتی ہے۔ لوگوں کی مایوسی اس وقت اور بڑھ جاتی ہے جب وہ دیکھتے ہیں کہ امت کے افراد دین کے بنیادی احکامات نماز، روزہ، زکوٰۃ، حج کی ادائیگی کا اہتمام تو بہت کرتے ہیں۔ نمازیوں کی بڑی تعداد مسجدوں میں جا کر اور ایک بہت بڑی تعداد اپنے گھروں میں رو کر نماز کی ادائیگی کا اہتمام کرتی ہے۔ ہمارے معاشرہ میں قرآنی تعلیم کے ادارے بھی روز بروز بڑھتے جا رہے ہیں، والدین اپنے بچوں کو ناظرہ قرآن کے ساتھ ساتھ حفظ قرآن کے لئے ان اداروں میں بھیج رہے ہیں۔ ضرورت مندوں کی مدد کے لئے فلاحی اور خیراتی ادارے بھی ہمارے معاشرہ میں نہایت وسیع پیمانے پر کام کر رہے ہیں۔ پاکستانی عوام اللہ کی خوشنودی کے لئے ان اداروں کو فراخ دلی سے عطیات بھی دیتے ہیں۔ ان سب باتوں کے باوجود معاشرہ میں پائے جانے والے بگاڑ میں اضافہ ہونے سے بہت سے ہم وطن مایوسی کی گہری دلدل میں پھنستے جا رہے ہیں۔

ایک طرف نہایت اچھی اچھی باتیں!.... دوسری طرف رشوت، ملاوٹ، دھوکہ دہی، ظلم و زیادتی، انتشار، نسلی اسانی تقسیم، فرقہ بندی اور مذہبی انتہا پسندی کی شدت!....

ہمارے معاشرہ میں Polarisation پر مبنی یہ صورتحال کیوں ہے؟... اس کی سب سے بڑی وجہ ہمارے اختیار کردہ برے معیارات ہیں۔ اچھائی اور بُرائی کے اپنے وضع کردہ پیمانے ہیں۔ آئیے قرآن کی سورہ محمد کی مذکورہ بالا آیت کی روشنی میں اپنے حالات کو سمجھنے اور سدھارنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ترجمہ: جو لوگ ایمان لائے اور اچھے کام کئے اور محمد ﷺ پر نازل ہونے والے قرآن کو تسلیم کر لیا،

اس کی برائیاں دور کر دی جاتی ہیں اور اس کے حال کی اصلاح کر دی جاتی ہے۔

آئیے یہ سمجھنے کی کوشش کرتے ہیں کہ یہ نتیجہ کس میکانزم سے حاصل ہوتا ہے۔

اس کا پہلا حصہ ایمان ہے، یعنی اللہ قادر مطلق وحد ذلالت شریک پر ایمان!.... اس ایمان میں روز قیامت پر پختہ یقین بھی شامل ہے۔

آئیے! ہم اپنے آپ کو ٹولیں۔ کیا ایمان ہمارے قلوب میں پوری طرح جا نہیں ہو چکا ہے؟ کیا روز قیامت اپنے اعلان کی جو ابدی کائناتیں ہمارے اندر راسخ ہے؟.... کیا ہمارے سرکاری اہلکار کو، تاجر کو پورا یقین ہے کہ جو مال ہم رشوت اور دیگر حرام ذرائع سے کمائیں گے قیامت کے دن اس کا پورا پورا جواب دینا ہو گا۔ اگر واقعی قیامت کا یقین

ہمارے دل میں بسا ہوا ہوتا تو کیا ہم رشوت، ملاوٹ، دھوکہ دہی، فریب سے دولت کمانے کا تصور بھی کر سکتے تھے؟ ہم امریکہ اور مغربی ممالک میں دیکھتے ہیں کہ لوگ سرکاری دستاویز اور تجارتی لین دین میں جھوٹ نہیں بولتے۔ ایسا کیوں ہے؟ کیا وہ لوگ صرف سچ بولنا جانتے ہیں اور جھوٹ سے ناواقف ہیں؟۔۔۔ اصل بات یہ ہے کہ انہیں معلوم ہے کہ وہ جھوٹ بولیں گے تو وہاں کارفرما نظام انہیں کبھی نہ کبھی پکڑ لے گا اور پھر ان کی جاں بخشی مشکل ہوگی۔ لہذا جو ابدی کا یقین انہیں اپنے ملک میں جھوٹ بولنے سے باز رکھتا ہے۔ جن لوگوں کو قیامت کے دن بیک اس دنیا میں بھی مکافات عمل کے تحت جو ابدی کا یقین ہے وہ راستہ پر چلتے ہوئے تمام قوانین و ضوابط کی پابندی کرتے ہیں۔ جو محض زبان سے قیامت کا ذکر کرتے ہیں مگر انہوں نے اپنے دلوں میں یقین کو نہیں بسایا ہوتا وہ جھوٹ بھی بولتے ہیں، رشوت بھی لیتے ہیں، ملاوٹ بھی کرتے ہیں اور جھوٹی گواہی بھی دیتے ہیں۔ ایسے کچھ لوگ کرسی عدل پر بیٹھ کر نا انصافی کرتے ہیں۔ ظلم و زیادتی کے کاموں میں شریک و معاون ہوتے ہیں۔ اس گروہ سے تعلق رکھنے والے رہنما اور دانشور قوم کو سیاسی، لسانی و مذہبی گروہوں اور فرقوں میں تقسیم کر کے غارت کے الانور روشن کرتے ہیں۔

قرآن بتاتا ہے کہ بعض لوگ ایسے ہوتے ہیں کہ ایمان ان کے دلوں میں داخل نہیں ہوا ہوتا....

ترجمہ: اور یہ کہتے ہیں کہ ہم ایمان لے آئے۔ کہہ دو کہ تم ایمان نہیں لائے بلکہ یوں کہو کہ ہم اسلام لائے ہیں اور ایمان تو جوڑ تمہارے دلوں میں داخل ہی نہیں ہوا ہے۔ (سورۃ الحجرات)
قرآن کی اس آیت کی روشنی میں اپنے معاشرتی رویوں کا جائزہ لیں.... کیا ایسا محسوس نہیں ہوتا کہ آج ہمارا معاشرہ ایسی ہی کیفیت میں ہے کہ ایمان ہمارے دلوں میں داخل نہیں ہوا؟....
کامیابی کی پہلی شرط ایمان ہے۔ لہذا سب سے پہلے یہ شرط پوری کرنے کی طرف توجہ کی جانی چاہئے۔ کامیابی کی دوسری شرط اچھے کاموں کی انجام دہی ہے۔

ترجمہ: اور موسمِ سرد اور موسمِ غور میں ایک دوسرے کے دوست ہیں کہ اچھے کاموں کے لئے کہتے ہیں اور برے کاموں سے منع کرتے ہیں۔ (سورۃ توبہ)
ترجمہ: اور تم میں ایک جماعت ایسی ہوتی چاہئے جو خیر کی طرف بلائے اور اچھے کاموں کے لئے کہے اور برے کاموں سے منع کرے۔ (سورۃ آل عمران)

اپنے معاشرتی حالات سدھارنے کے لئے ہمیں دیکھنا ہو گا کہ کن برے کاموں سے بچنا، کن اچھائیوں کو اپنانا اور پھیلا نا ہو گا۔ بہت سے لوگ بتاتے ہیں کہ نماز پڑھنا، روزہ رکھنا، نیک کے کام ہیں۔ یقیناً یہ نیکی کے کام ہیں۔ نماز، روزہ، ارکان اسلام میں شامل ہیں۔ یہ عبادات کا سب سے اہم حصہ ہیں تاہم نیکی کا دائرہ عبادات سے آگے بڑھ کر انفرادی و معاشرتی معاملات تک پھیلا ہوا ہے۔ اس دائرہ میں سیاست و حکومت، نظام عدل، معیشت و کاروبار، عمرانیات وغیرہ.... معاشرہ کے سب سے شعبے شامل ہیں۔ اپنے حالات کے سدھار کے لئے زندگی کے ہر شعبہ میں ہمیں اچھائی اور برائی کی حقیقی تعریف متعین کرنا ہوگی۔

کیا آپ نے اس بات پر کبھی غور کیا ہے کہ ہمارے معاشرہ کے کئی لوگ مذہبی فریضہ سمجھ کر اپنے ذمہ واجب الادا پوری زکوٰۃ ادا کرتے ہیں۔ لیکن انکم نکس کی ادائیگی یا تو کرتے ہی نہیں یا پھر اصل آمدنی کو کم ظاہر کرتے ہوئے کم سے کم انکم نکس ادا کرنا چاہتے ہیں۔ زکوٰۃ کی عدم ادائیگی گناہ ہے۔ انکم نکس کی عدم ادائیگی یا کم ادائیگی ملکی

قانون کے تحت جرم ہے۔ چور ہے پر سرخ اشارے پر گاڑی نکال کر لے جاتا.... کاروں، بسوں، ٹرکوں کے ناقص سائنکس کے باعث کثیف دھوئیں کا اخراج.... گھر، دفتر، لیکٹری کے باہر گزرنے والے تاروں میں کنڈا ڈال کر ناجائز طور پر بجلی کا حصول، ذاتی مفاد کے ناحق حصول کے لئے عدالتوں میں جھوٹی گواہی، طاقتور طبقات کی طرف سے مجرموں کی سرپرستی، کمزوروں کو انصاف کی عدم فراہمی یہ سب ملکی قوانین کے تحت جرم کے زمرہ میں آتے ہیں۔ روزہ کے دوران جان بوجھ کر کچھ کھالینا حتیٰ کہ اظہار سے چند سیکنڈ پہلے ہی کچھ کھالینا ملکی قانون کے تحت جرم کے زمرہ میں تو نہیں آتا لیکن یہ اعمال گناہ میں شمار ہوتے ہیں۔ کوئی شخص خواہ پابندی سے نماز ادا کرنا ہو لیکن وہ جب بھی نماز ادا کرے گا پاک صاف اور با وضو ہو کر نماز ادا کرے گا۔ بے وضو نماز ہوتی ہی نہیں ہے۔ بے وضو نماز ادا کرنا گناہ کے زمرہ میں آتا ہے۔ اہم نکتہ یہ ہے کہ جن کاموں کو ہم گناہ سمجھتے ہیں ان کے ارتکاب سے حتیٰ الامکان بچنا چاہتے ہیں لیکن جن کاموں کے بارے میں ہمیں علم ہے کہ یہ جرم ہیں ان کے ارتکاب پر کئی مذہبی لوگوں کو بھی بعض اوقات کوئی افسوس یا پشیمانی نہیں ہوتی بلکہ بہت سے لوگ تو قانون کی خلاف ورزی کے ذریعہ اپنے بہادر ہونے کا اظہار کرتے ہیں۔ کتنے ہی ہارٹس چوروں والے پابند صوم و صلوة اصحاب ایسے ہیں جن کی ماہانہ لاکھوں کی آمدنی ہے لیکن وہ ٹیکس ادا نہیں کرتے۔ ایسے کتنے ہی لوگ ٹیکس کی ادائیگی سے بچنے کے لئے ہر سال جھوٹے بیانات پر دستخط کرتے ہیں۔

کسی بھی معاشرہ کے استحکام یا کمزوری میں دو عوامل نہایت اہم کردار ادا کرتے ہیں ایک تو یہ کہ اس معاشرہ میں عدل و انصاف کی فراہمی کی صورت حال کیسی ہے دوسرے یہ کہ ملک کے افراد کی آمدنی کس قدر جائز اور قانونی ہے۔ جن معاشروں میں نا انصافی رشوت، ٹیکس چوری اور لوٹ مار کا چلن عام ہو جاتا ہے وہ معاشرے کبھی استحکام اور ترقی حاصل نہیں کر سکتے۔

ہماری حالت اس وقت سدھرے گی جب ہم ملکی قوانین کے خلاف ورزی کو بھی گناہ کے ارتکاب کی طرح بُرا سمجھنے لگیں گے۔ جب ہم زکوٰۃ کی طرح اپنے ذمہ واجب الادا ٹیکس بھی پوری دیا مندری سے ادا کرنا شروع کر دیں گے۔ جب ہمارے ملک کی سڑکوں پر ٹریفک قوانین کی خلاف ورزی کو بھی گناہ کی طرح بُرا سمجھا جائے گا۔ جب ہمارے ملک میں عدل و انصاف کا بول بالا ہوگا۔ جب لوٹ، رزق حلال کو نیکی سمجھیں گے اور رزق حرام کو گناہ کبیرہ سمجھ کر اس سے اجتناب کرنے لگیں گے۔ آج ان سب کاموں کی تلقین و ترغیب کے ساتھ ساتھ ملک میں انصاف کی فراہمی اور لوگوں کے معاشی استحکام کے نئے اقدامات امر بالمعروف اور نہی عن المنکر کے دائرہ میں آتے ہیں۔ ایک اسلامی مملکت میں یہ سب کام بھی دین کی تبلیغ سے تعلق رکھتے ہیں۔ یہ وہ اچھے کام ہیں جن کی انجام دہی سے ہمارے معاشرے کی خرابیاں دور ہو سکتی ہیں اور ہمارے حالات سدھر سکتے ہیں۔ ان اعمال صالحہ کی انجام دہی سے ہم اللہ کے انعام و اکرام کے حق دار بن سکتے ہیں۔ اللہ کا وعدہ ہے

ترجمہ: جو بھی اچھے کام کرے وہ مرد ہو یا عورت بشرط کہ وہ مومن ہو تو ہم انہیں اس دنیا میں ایک پاکیزہ زندگی بسر کرائیں گے اور انہیں ان کے اچھے کاموں کا بہترین اجر عطا کریں گے۔ (سورۃ النحل)

بِاِذْنِ رَبِّكَ وَتَحْمِيلِ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

مائیکر فلیپس

ہر حال میں خوش رہنا سیکھیں

قسط نمبر 1

اس کا نچلا دھڑ مفلوج ہو گیا ہے۔ اس صدمے نے اسے توڑ کر رکھ دیا۔ سالار کی معذوری نے اسے اندر ہی اندر گھلانا شروع کر دیا۔

ماں باپ نے اپنی سی کوشش کر کے دیکھ لی مگر وہ اسے صدمہ سے باہر نہ نکال پائے۔ والدین کے لئے ایک فکر یہ بھی تھی کہ ایانہ اب بڈر اور بہادر لڑکی نہ رہی تھی۔ کہیں کسی بارات میں ہونے والی آتش بازی کے شور سے بھی وہ دبک جاتی۔ باہر نکلتے ہوئے اسے خوف محسوس ہوتا۔ نتیجے میں وہ گھر میں قید ہو کر رہ گئی تھی۔ آہستہ آہستہ اب وہ خود کو سب سے بد قسمت انسان تصور کرنے لگی تھی۔ اس کی بھوک کم ہوتی جا رہی تھی۔ لوگوں سے مٹا جانا ترک کرتی جا رہی تھی

اور انجان لوگوں سے ملاقات کا تو سن کر ہی کمرے میں بند ہو جاتی۔ ڈاکٹرز کے مطابق اسے کوئی جسمانی عارضہ نہ تھا۔ مگر ذہن خود ساختہ بیماریوں کی آماجگاہ ضرور بننا جا رہا تھا۔ اسے ہر وقت لگتا جیسے کوئی ہندوق لئے اس کا پیچھا کر رہا ہے۔ وہ ایک خاص قسم کے فحشا میں مبتلا ہو چکی تھی۔

آج کے اس افرا تفری

ایانہ کراچی کے ایک بہت معروف صنعتکار کی اکلوتی بیٹی ہے۔ وہ ان خوش نصیبوں میں سے ہے جو منہ میں سونے کا چھپے لے کر پیدا ہوتے ہیں اور پھر جب مقدر ساتھ ہو تو کیا کہنے۔ صورت سیرت اور ذہانت ایانہ میں مدغم تھیں۔

بیس سال کی عمر تک وہ جانتی بھی نہ تھی کہ ناکامی کسے کہتے ہیں۔ محرومی کیا ہوتی ہے اور پھر جب ٹریک سرچنے کی باری آئی تو یہاں بھی خوش نصیبی نے رنگ دکھایا۔ اس کے خوابوں میں بسنے والا شہزادو سالار کے روپ میں اس کا ہم سفر بن گیا۔ مگر پھر وقت کو آزمائش لینے کی سوجھی۔

کچھ مہینوں بعد جب وہ انگلینڈ سے پاکستان واپس آئی۔ رات کے دو بج رہے تھے کہ انٹرپورٹ سے واپسی پر ایک گاڑی ایک موٹر کاشٹے ہوئے چند نامعلوم افراد نے ان کی گاڑی کو روک لیا۔ سالار کی مزاحمت پر ایک سنگدل نے گولی اس کے جسم میں اتار دی۔ ایانہ تو یہ منظر دیکھ کر ہی بے ہوش ہو چکی تھی اور جب ہوش آیا تو معلوم ہوا کہ گولی سے سالار کی ریڑھ کی ہڈی پر داغ آیا ہے اور

شاپینہ جمیل

یہ مزاحمت مختلف ذہنی الجھنوں اسٹریس،
ڈپریشن اور دیگر نفسیاتی عارضوں کی صورت میں ظاہر
ہوتی ہے۔ اگر بروقت اسے کنٹرول نہ کیا جائے تو یہ
دماغی یا نفسیاتی بیماریاں جسمانی امراض کی صورت میں
بھی ظاہر ہونے لگتی ہیں۔ جیسا کہ سر میں بے وقت
درد کا رہنا، گیس اور بد ہضمی کے امراض، قبض کی
شکایت کا رہنا، حتیٰ کہ جوڑوں میں درد، کی بھی عمومی
بنیاد کسی نہ کسی طرح کی ذہنی الجھنیں، ڈپریشن،
اسٹریس بنتے ہیں جو انتہائی درجے میں بلڈ پریشر،
ڈیابیطس اور دم کی صورت میں ظاہر ہوتے ہیں۔

شواہد بتاتے ہیں کہ مایوسی، ناامیدی اور ڈپریشن
دل کی بیماریوں حتیٰ کہ کینسر جیسے موذی مرض سے
بھی زیادہ خطرناک ثابت ہوتی ہیں۔ ایک سروے
کے مطابق یہ بیماری کسی بھی عمر میں کسی کو بھی ہو سکتی
ہے۔ اس وقت دنیا میں ہر چار میں سے ایک فرد کسی
نہ کسی ذہنی یا نفسیاتی عارضہ میں مبتلا ہے۔ جس کی وجہ
ایک جانب تو دنیا بھر میں روز بروز بڑھتی ہوئی مہنگائی،
غیر یقینی صورتحال، بنیادی سہولیات کا فقدان، لوٹ
مار، قتل و غارتگری اور عدم تحفظ جیسے مسائل ہیں۔
دوسری جانب اخلاقی ہستی، باہمی تعلقات میں
ناچاقیاں، رشتے داروں سے دوری حسد لالچ بغض بھی
نفسیاتی اور ذہنی بیماریوں کا باعث بن رہی ہیں۔

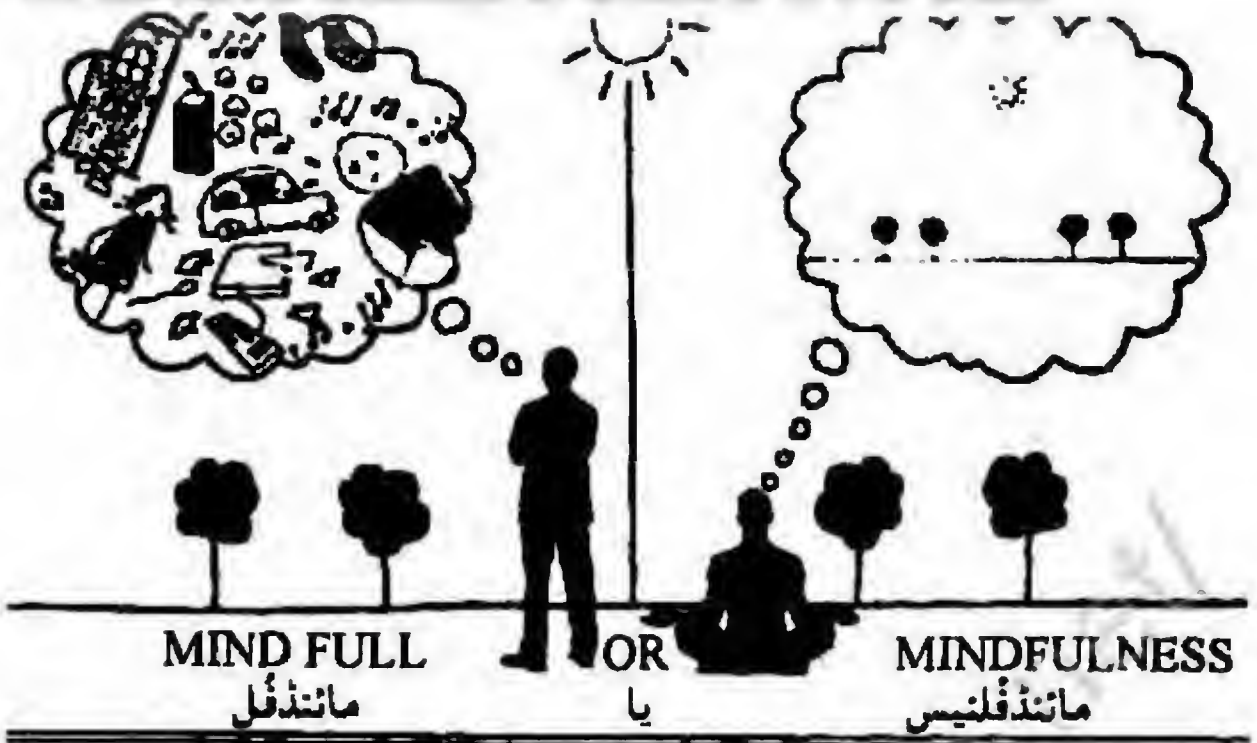
ہر شخص ان مسائل سے چھٹکارا حاصل کر کے
ایک خوش خرم، مطمئن اور صحت مند زندگی
چاہتا ہے۔

ہر شخص چاہتا ہے کہ اس میں جینے کی اسٹک
پر امید اور خوشی ہو۔ وہ بھی بلڈ پریشر، اسٹریس،
تیزابیت، شوگر، سردرد یا دیگر عوارض سے محفوظ رہے

کے دور میں ایسا نہ کو درپیش حالات جیسی کئی مثالیں مل
جاتی ہیں۔ یہ تو خیر ایک بہت بڑا حادثہ تھا جو ایسا نہ کی
زندگی میں رونما ہوا مگر ہمیں اپنے اس پاس ایسے کئی
لوگ ملیں گے جو نارمل اور سکھ دکھ سے ملی جلی
زندگی گزارنے کے باوجود ڈر خوف اور اندیشوں میں
بتلا رہتے ہیں۔ کئی لوگ اپنی قسمت سے شاکی ہیں،
کئی لوگ مایوسی اور ناامیدی میں گھرے نظر آتے ہیں
اور کسی نہ کسی مجبورے یا کرشمے کے منتظر ہیں۔

کئی افراد اپنے اور اپنے خاندان کے بہتر مستقبل
کے لئے وقت سے پہلے منصوبہ بندی تو کرتے ہیں یہ
اچھی بات ہے مگر ساتھ ساتھ فکر مند اور اندیشوں
میں بھی مبتلا رہتے ہیں۔ جیسا کہ ملک صاحب جنہیں
اللہ نے چار معصوم بیٹیوں سے نوازا ہے اور جن کی
عمریں ابھی پانچ سے دس سال ہیں مگر وہ فکر مند رہتے
ہیں۔ ان کا اکثر سوال ہوتا ہے کہ اگلے دس چار
سالوں میں کیا ہوگا۔ یہ ایک مرض ہے جو جنرل
انزائیڈڈ آرڈر General anxiety Disorder
کہلاتا ہے۔ ترقی پذیر ممالک میں ایسے
مریضوں کی تعداد میں دن بدن اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔
آئیے تھوڑی سی روشنی ان حالات پر بھی ڈالتے
ہیں جو ان تکالیف کا موجب بن رہی ہیں۔

کسی مفکر کا کہنا ہے کہ معمولات زندگی میں پیش
آنے والے مسائل زندگی کو با مقصد، دلچسپ اور
سرگرم عمل رکھتے ہیں۔ مگر جب انسان خود کو کمزور
جان کر ان مسائل کا سامنا نہیں کر پاتا تو اس کا ذہن
اس شکست کے خلاف مزاحمت کرتا ہے۔ اس
مزاحمت کے نتیجے میں ہونے والے شکست و ریخت
کے عمل میں ذہن بیمار ہونے لگتا ہے۔



کو بہتر سے بہتر بنانے کے کئی فنون جن کی بنیاد تو مشرق میں پڑی مگر عملی طور پر کامیابی مغرب میں حاصل ہوئی۔ انہیں میں سے ایک فن سے آج ہم آپ کو متعارف کروانے جارہے ہیں۔ اس کی بنیاد انسانی زندگی اور اس کا ماخذ انسانی دماغ ہے۔

تو آئیے جانتے ہیں اور سیکھتے ہیں اپنے حال میں چھنے کا فن جسے مغرب نے مائنڈ فلیس کا نام دیا ہے۔

مائنڈ فلیس کی بنیاد کیا ہے؟

اگر ہم ابتداء میں انسانی جسم میں دماغ کے کردار اور فینڈ کی مختلف کیفیات کو سمجھ لیں تو آپ کے لئے مائنڈ فلیس کی مشقوں اور اس سے حاصل ہونے والی افادیت کو سمجھنا آسان ہو جائے گا۔

روحانی ڈائجسٹ کے قارئین نے کئی بار پڑھا اور سمجھا ہے کہ انسانی جسم میں دماغ کو جسم کے حکمران کی حیثیت حاصل ہے اور دماغی صحت کے بغیر کھل صحت مند جسم کا تصور ہی ممکن نہیں۔ ایسا کیوں ہے....؟ آئیے تھوڑا تفصیل سے مگر آسان زبان

سکے۔ مگر کیسے....؟ کیا یہ ممکن ہے بھی یا نہیں....؟ خواہش تو سب کی ہے مگر ایسی زندگی حاصل کرنے کی کوشش بہت کم لوگ کرتے ہیں۔ اکثریت کے خیال میں ایسی آئیڈیل زندگی کے لئے دولت اور طاقت کا ہونا بہت ضروری ہے اور ہاتی نے یہ ذمہ داری قسمت پر ڈال دی ہے۔

اس میں کوئی شک نہیں کہ قسمت کا ہماری زندگی میں بڑا عمل دخل ہے۔ ذرا دعا کی اہمیت پر غور کیجئے کہ رب کو پسند ہے اس سے مانگا جائے اور وہ کسی کی دعا رد نہیں کرتا....! زندگی میں ناممکن کچھ بھی نہیں۔ اگر قسمت کا ذکر زندگی میں شامل ہے تو دعا اور کوشش کا بھی اس سے کہیں زیادہ بڑا اور مضبوط کردار ہے۔ ضرورت اس امر کی ہے اللہ تعالیٰ کی سب سے خوبصورت تخلیق انسان اپنی ذات میں خفی رازوں، صلاحیتوں اور اختیارات کو سمجھنے اور ان سے واقف ہونے کی کوشش کرے۔

ہم سب جانتے ہیں کہ کئی صدیوں سے مغربی دنیا حقیقت کے میدان مارتی آرہی ہے۔ انسانی زندگی

میں سمجھتے ہیں۔

ریسرچ کہتی ہے کہ انسانی دماغ میں کام کرنے والے مخصوص خلیوں کی تعداد تقریباً اتنی ہی ہے جتنے کائنات میں ستارے اور سیارے ہیں یا شاید ان سے بھی زیادہ۔ یعنی ہمارا دماغ ایک کھرب سے زیادہ خلیوں کا مسکن ہے۔ یہ مخصوص خلیے نیورونز کہلاتے ہیں جو دماغ اور جسم کے تعلق کو جوڑتے ہیں اور پیغام رسانی کا کام انجام دیتے ہیں یعنی سارا دن ہونے والی ہر ایک ٹوٹی اور عمل دماغ کی زیر نگرانی اور اس کے حکم پر انجام پاتا ہے۔

تحقیقات کے اوائل دور میں یہ سمجھا جاتا تھا کہ سارا دن مسلسل کام کرتے رہنے کی وجہ سے خند کا مقصد دماغ کو آرام دینا ہے اور رات میں ہمارا دماغ سو جاتا ہے۔ مگر جیسے جیسے تحقیقات سامنے آتی رہیں یہ بات واضح ہوتی چلی گئی کہ ہمارا دماغ نہ تو ٹھکتا ہے اور نہ ہی اسے آرام کی ضرورت ہوتی ہے۔ تو سوال یہ ہے کہ ہمیں خند کیوں آتی ہیں اور ہم سوتے کیوں ہیں؟ اس کا جواب یہ ہے کہ ہمارا دماغ کبھی نہیں سوتا بلکہ تحقیق سے یہ بات اب واضح ہو چکی ہے کہ خند کے دوران ہمارا دماغ زیادہ چاق و چوبند اور فعال ہو جاتا ہے۔

دراصل خند ایک ایسی کیفیت ہے جس میں آپ

کے جسم کو تو آرام دیا جاتا ہے لیکن دماغ کو وقت، تاکہ وہ دن بھر کی سرگرمیوں کے دوران پیدا ہونے والے فاسد مواد کی صفائی کر سکے اور آپ اگلے دن پھر سے تازہ دم اور چاق و چوبند ہو جائیں کسی بھی وجہ سے اس فاسد سیال مادہ کی کچھ مقدار بھی باقی رہ جائے تو وہ دماغی خلل کا باعث بھی بن سکتی ہے۔ یعنی بھرپور اور گہری خند دراصل انسانی جسم کی ایک ایسی کیفیت یا حالت ہے جس میں انسان کی جسمانی اور جذباتی ہر طرح کی ٹوٹ پھوٹ کی مرمت ہوتی ہے۔ اور انسان کو نا صرف جسمانی طور پر بلکہ ذہنی اور جذباتی طور پر بھی چاق و چوبند اور توانا رکھنے کی ذمہ دار بنتی ہے۔

یہاں دماغ اور خند کی فعالیت بتانے کا مقصد یہ تھا، تاکہ آپ خند سے حاصل ہونے والے عملی فوائد کو اچھی طرح سمجھ سکیں۔ کئی مغربی ریسرچ سینٹرز میں الیکٹروانسفیلو گرافی اور دیگر آلات کے ذریعے خند کی مختلف درجات اور ان درجات میں پیدا ہونے والی دماغی لہروں اور ان کی فریکوئنسی کا مشاہدہ کیا جا چکا ہے۔ خند کے تیسرے اور چوتھے درجے پر بننے والی الفا اور آخر میں ڈیلٹا ویوز کی فریکوئنسی (3 ہرٹز سے 6 ہرٹز اور 0.5 سے 3 ہرٹز) یعنی سست ترین ہوتی ہے۔ اس درجے پر وہی جانے والی ہدایات کے ذریعے کئی بیماریوں کے کامیاب علاج کئے گئے اور کئی افراد

برٹش جرنل آف سائکٹری The British Journal of Psychiatry میں

مائنڈ فلینس

شائع ہونے والی جدید طبی تحقیق کے مطابق طبیعت کو خوشگوار بنانے اور پرسکون رہنے کے لیے استعمال کی جانے والی ادویات سے زیادہ مراقبہ کا عمل بہتر ہے۔ بدھ مت کی تعلیمات کے تحت کئے جانے والے مراقبہ کے مثبت اثرات سامنے آئے ہیں۔ دوا کھانے والے گروپ کی نسبت مراقبہ کرنے والوں کو 47 فیصد زیادہ آقاہ حاصل ہوا۔

”مائنڈ فلینس بیسڈ کانیٹیو“ Mindfulness-based cognitive

تعلیم کا محنت

18

ہائینڈ فلنسیس کا نام دیا گیا۔

اس وقت پوری دنیا میں ہائینڈ فلنسیس تھراپی اور مشقوں کو کئی ذہنی، نفسیاتی بیماریوں کے علاج میں محفوظ اور موثر ترین تسلیم کیا گیا ہے۔
اب ہم بات کرتے ہیں کہ ہائینڈ فلنسیس اور اس کی مشقیں ہیں کیا؟

ہائینڈ فلنسیس کیا ہے؟

ہائینڈ فلنسیس دراصل مشکلات میں جینے کا فن ہے۔ ہم تو کہتے ہیں کہ یہ اپنے حال میں جینے کا فن ہے ایک مفکر کا قول ہے کہ "آپ اپنے آنے والے کل کے لئے پریشان نہ ہوں وہ اپنا بندوبست خود کر لے گا۔ آپ محض اپنے آج کی فکر سمجھیں اور اسی پر توجہ مبذول رکھیں۔"

ہائینڈ فلنسیس ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کے آثار قدیمہ مدت میں ملتے ہیں۔ یہ صدیوں سے چینی اور بدھ مت تہذیب کا حصہ ہے۔ ہائینڈ فلنسیس ایک طرز فکر اور عملی مشق ہے جو ہمیں حال میں جینے کا سلیقہ سکھاتا ہے۔ ہمیں بتاتا ہے کہ جو ہے وہ آج ہے۔ یہ لمحہ ہے۔ آنے والے کا پتہ نہیں اور جو بیت گیا وہ ہاتھ میں نہیں۔ اس کا کسی مذہبی و ثقافتی یا سائنسی عقیدے سے نہ تو کوئی تعلق ہے اور نہ ہی

نے اپنی دائمی بیماریوں، ذہنی دباؤ، پریشر اور بری عادتوں سے چھٹکارا حاصل کیا۔ اس کے علاوہ جن صحت مند لوگوں پر نیند کے اس درجے میں جا کر مشقوں کو کروایا گیا وہ پہلے سے زیادہ چاق و چوبند اور مطمئن نظر آئے اور عملی زندگی میں نمایاں کارکردگی کا مظاہرہ کرنے لگے۔

اب سوچنے کی بات یہ ہے کہ اگر نیند کی اس حالت کو جاگتے میں خود پر طاری کر لیا جائے تو جو مرمت کا عمل ومارغ نیند کی کیفیت میں کرتا ہے وہ جاگتے میں نیند کی کیفیت طاری کرنے کے دوران بھی کرے گا۔ اور ایسا سو فیصد ممکن ہے جیسا کہ مندرجہ بالا تحقیق سے ثابت ہے۔ دراصل جاگتے میں ان کیفیت کا طاری ہو جانا مراقبے کی ہی ایک شکل ہے جسے مختلف طریقوں سے پریکٹس کیا اور کر دیا جاتا ہے۔ ان مشقوں کے انتہائی کامیاب اور تیرت انگیز نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ (مختلف مراقبوں کی تفصیل ہم آگے بیان کریں گے)۔

یہ ریسرچز اب مختلف ناموں اور نئی مشقوں اور ٹیکنیکس کے ساتھ متعارف ہو رہی ہیں۔ جن کا بنیادی ماخذ ایک ہی ہے۔ یعنی خیالات کی رو کو بہتر طور پر سمجھنا اور اپنی دائمی صلاحیتوں کو مثبت طرز فکر کے مطابق و حالانہ اور استعمال کرنا۔ ان میں سے ایک کو

(MBCT) therapy کے تحت اس مراقبے کے تحت دیکھا گیا کہ ماضی کے تلخ تجربات اور یادوں کو کم کیا جاسکتا ہے اور مستقبل کی بہتر منصوبہ بندی بھی، جبکہ دوسری جانب ادویات کے مضر اثرات سے مزید تحید گئیں پیدا ہو جاتی ہیں۔ اس تحقیق کو پروفیسر دلیم کیو کین Willem Kuyken نے مرتب کیا ہے جو انگلینڈ میں انگریز یونیورسٹی University of Exeter کے موڈ ڈس آرڈر سنٹر Mood Disorders Centre میں عمل کی گئی۔ تحقیق کے مطابق اس متبادل طریقہ علاج سے جہاں صحت کو کم خطرات لاحق ہوتے ہیں وہاں دواؤں پر اٹھنے والے اخراجات بھی ختم ہو سکتے ہیں۔

کھا رہے ہیں.... اس کا مزد، اس کا ٹیکس، اس کی کھٹاس یا چاکلیٹ کا کرئج، اس کی مناس۔ ارے آپ میری بات پڑھ کر مسکرانے لگے۔

دوستو! اگر آپ کو یہ بچکانہ بات لگ رہی ہے تو یقین کیجئے یہ بظاہر چھوٹی سی مشق کئی لوگ اپنی زندگی کا حصہ بنا چکے ہیں اور اس چھوٹی سی مشق کے بہت مثبت اور بہترین نتائج حاصل ہوئے ہیں۔ بہر حال اس کی مشقوں پر تفصیل سے بات ہم بعد میں کریں گے۔ پہلے اس سے حاصل ہونے والے فوائد کا کچھ ذکر کرتے لیتے ہیں۔

مائنڈ فلٹریس کے فوائد

اس وقت دنیا میں ہزاروں کی تعداد میں سرٹیفائیڈ انسٹرکٹر لوگوں کو مائنڈ فلٹریس کی مشقیں کروا رہے ہیں۔ اس تعداد میں دن بدن اضافہ بھی ہوتا چلا جا رہا ہے۔ اس کے علاوہ متاثر کن شغلی اثرات طے کی وجہ سے مغربی دنیا کے بیشتر ہسپتالوں میں معالجین اپنے مریضوں کو مائنڈ فلٹریس کی مختلف مشقیں کروانے لگے ہیں۔ مائنڈ فلٹریس سے حاصل ہونے والے فوائد میں ڈپریشن، اعصابی دباؤ سے نجات حاصل ہوتی ہے۔ مینڈ اچھی ہو جاتی ہے۔ غصہ میں نمایاں کمی واقع ہو جاتی ہے اور مثبت انداز فکر بڑھ جاتا ہے جس کی وجہ سے بلند پریشر کنٹرول میں رہتا ہے۔ تیس کے امراض سے نجات مل جاتی ہے۔

نفرت و آٹھ پریشانی جلنا کڑھنا حسد

نیکوئی کا پھول

کوئی لکڑاؤ۔ بلکہ یہ زندگی میں پیش آنے والے موجودہ حالات، موجودہ مقصد اور موجودہ لمحہ کو مثبت اور غیر جانبدارانہ سوچ کے ساتھ قبول کرنے کی ایک عملی مشق ہے۔ اس کی مشقوں کا ہمارے افکار و نظریات سے گہرا تعلق ہے ان میں سے بعض کو بدلنے اور ایک نئے انداز میں مثبت رویہ اختیار کرنے کی ضرورت ہے۔

اس کا مطلب ہر گز یہ نہیں کہ آپ ان عملی مشقوں کے ذریعے محض اپنے حالات کو قبول کرنا سیکھیں گے۔ نہیں بالکل بھی ایسا نہیں۔ کیونکہ اگر آپ محض انھیں قبول کر لیں تو پھر صبح اور امپرومنٹ کا کام رک جائے گا۔

دراصل جب آپ یہ عملی مشقیں کرتے ہیں تو آپ کی طرز فکر اس سطح پر آ جاتی ہے جہاں آپ اپنی توانائیوں کا صحیح طور پر اور مثبت اور تعمیری رخ پر استعمال کرنے کے قابل ہو جاتے ہیں۔ آپ موجودہ حالات کو من و عن قبول کر کے ہاتھ پر ہاتھ دھر کر نہیں بیٹھ جاتے۔ بلکہ اس سچویشن کو بہتر طور پر سمجھنے لگتے ہیں اور بالآخر انہیں حالات میں سے بہتری اور مثبت حل نکالنے شروع ہو جاتے ہیں۔

یہی مائنڈ فلٹریس کا بنیادی مقصد اور آہیکسو

ہے۔ جو آپ کو اپنے حال میں جینے کا فن سکھاتا ہے۔

مثلاً اگر آپ اس وقت

اپنی من پسند کوئی چیز کھا رہے ہیں جیسے کہ اسٹرابری یا

چاکلیٹ تو پھر کھاتے وقت اس کو محسوس بھی کیجئے کہ آپ اسٹرابری



منفی سوچ رکھنے والے افراد میں مائنڈ فلٹریس کی مشقوں کے اچھے نتائج ملتے ہیں۔

دیگر دائمی یا موروٹی بیماریوں میں ڈاکٹری علاج کے ساتھ مائنڈ فلٹریس کی مشقوں سے شفا یابی کی رفتار تیز ہو جاتی ہے۔ بہت سے لوگوں میں ذیابیطس کو بھی کنٹرول ہوتے دیکھا گیا ہے۔

اگر آپ مائنڈ فلٹریس کی مشقوں کے عادی ہیں تو ماحول کی پیدا کردہ یا کسی بھی طرح کی موسمی بیماریوں کو نہ صرف خود سے دور رکھ سکیں گے بلکہ موروٹی بیماریوں کے ہونے کے امکانات بھی کم سے کم تر ہوتے چلے جاتے ہیں۔ سکون اور اطمینان قلب حاصل ہوتا ہے۔

مائنڈ فلٹریس کے مراقبوں سے ذہنی قوت میں اضافہ ہوتا ہے جس سے کاروبار، فین دین اور ملازمت میں بہتر کارکردگی اور ترقی کی راہیں کھل سکتی ہیں۔

ذہنی سکون بڑھ جانے سے گھریلو زندگی پر بھی مثبت اثرات مرتب ہوتے ہیں جو باہمی محبت میں اضافے کا باعث بنتے ہیں اور گھریلو ماحول خوشگوار و پرسرت ہو جاتا ہے۔

ہر کام میں ناکامی کا بے جا خوف، اندیشہ ڈر اور منتشر خیالی جیسی خود ساختہ بیماریوں اور کیفیات سے چھٹکارا مل جاتا ہے۔

جب طالب علموں نے ان مشقوں کو اپنایا تو ان کی تعلیمی صلاحیتوں میں اضافہ دیکھا گیا ہے۔ ایسے طالب علم نہ صرف پڑھائی میں بلکہ کھیل کود اور دیگر غیر نصابی

سرگرمیوں میں بھی کامیاب اور نمایاں نظر آئے۔ اس سے بھی بڑھ کر یہ کہ ان مشقوں سے نہ صرف یہ کہ دنیاوی فوائد حاصل ہوتے ہیں بلکہ جیسے آپ کی ذہنی قوتوں میں اضافہ ہوتا جاتا ہے آپ روحانی لذتوں سے بھی روشناس ہوتے ہیں اور بندہ خود کو اپنے رب کے بہت قریب محسوس کرتا ہے۔

مائنڈ فلٹریس کن لوگوں کے لئے ہے؟

جیسا کہ ہم ابتدا میں تذکرہ کر چکے ہیں کہ دماغ کو اللہ تعالیٰ نے بے شمار صلاحیتوں اور غنی توانائیوں سے نوازا ہے۔ اس میں کوئی دو رائے نہیں کہ ہر انسان کا دماغ بے شمار پوشیدہ صلاحیتوں کا مسکن ہے مائنڈ فلٹریس کی مشقوں سے آپ اپنی ان پوشیدہ صلاحیتوں کو نہ صرف پہچان سکتے ہیں بلکہ ان سے خوب استفادہ بھی کر سکتے ہیں۔ مائنڈ فلٹریس کی مشقوں سے دماغی قوتیں موثر انداز میں کام کرنا شروع کر دیتی ہیں۔ یہ مشقیں سب کے لئے ہیں۔ ہر عمر کے

مرد عورت بچے، جوان بوڑھے، مہتمد یا بیمار سب اپنی خواہش اور دلچسپی کے مطابق ان مشقوں سے فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ جیسے آپ کو ان مشقوں کی عادت ہوتی جائے گی یہ آپ کے مزاج کا حصہ بن جائیں گی جو یقیناً آپ کی سوچ پر اثر انداز ہو کر آپ کی ایک خوش و خرم اور صحت مند شخصیت کی تعمیر میں مدد دینا لگی۔



خوشیوں کے ساتھ گزارے اور اللہ تعالیٰ کا شکر ادا کرتے رہیں۔

زندگی کی راہیں کبھی سیدھی نہیں ہوتیں ان میں اونچی نیچی نشیب فراز آتے جاتے رہتے ہیں اب ان رکاوٹوں یا ٹیڑھے میڑھے راستوں کی وجہ سے اگر آپ آنسو بہانا چاہتے ہیں اور مقدر کا لکھا سمجھ کر آنسوؤں بھری عام سی زندگی گزارنا چاہیں تو اس فیصلے سے آپ کو نہ تو کوئی روکے گا اور نہ ہی روک سکتا ہے۔ کیونکہ اپنی زندگی کا فیصلہ بہر حال آپ نے خود کرنا ہے۔ لیکن اگر آپ اپنی زندگی سے اصل لطف اور مسرت کشید کرنا چاہتے ہیں تو مایہ ناز فتنیس سے بہرہ ور فائدہ اٹھائیے۔ کیونکہ ایک خوش و خرم اور ہنسی مٹی زندگی جیٹنا آپ کا حق ہے۔ مزے کی بات یہ ہے کہ اس حق کو سوائے آپ کے کوئی بھی آپ سے نہ تو چھین سکتا ہے اور نہ ہی دے سکتا ہے۔ ہاں آپ کو راستہ ضرور دکھا سکتا ہے۔ جیسے کہ ہم آپ کو سکھانے جا رہے ہیں۔

مایہ ناز فتنیس حال (Present) میں جینے کا فن۔

(حباری ہے)



مشق کے لئے ضروری ہے

ارے ارے دوستو! لفظ مشق سے قطعی طور پر گھبرانے کی ضرورت نہیں ہے۔ یہ کوئی بہت زیادہ ہاتھ پیر ہلانے والی یا پہلوانی کی مشقیں قطعی طور پر نہیں۔ بلکہ یہ تو مختلف مراقبوں اور سانس کی مختلف طریقوں کی مشقیں ہیں۔ اس کے لیے کسی آلات یا مشینری کی نہیں بلکہ خود آپ کی ضرورت ہے۔ آپ باقاعدگی سے ان مشقوں کا مطالعہ کیجئے جو ہم آپ کو بتاتے جائیں گے اور آپ بتائی جانے والی ہدایات پر عمل کرتے جائیے۔ آپ کی روزانہ کی موجودگی وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ آپ میں صحیح ہونے کی خواہش، جستجو اور ثابت قدمی بھی پیدا کرتی چلی جائے گی۔ انشاء اللہ

تو یہ ہے مایہ ناز فتنیس کا مختصر تعارف....
انشاء اللہ آنے والے ابواب میں ہم مایہ ناز فتنیس کی مشقیں ان کی افادیت اور بیماریوں سے علاج سے آپ کو آگاہ کریں گے۔ اس زندگی کو خوب سے خوب تر، صحت مند، کامیاب اور پر مسرت طور گزارنا سیکھیے، اس دنیا میں زندگی کو بہتر طور پر اور

چین کے ڈیم نے بجلی پیدا کرنے کا عالمی ریکارڈ قائم کر دیا

دنیا کے سب سے بڑے چینی "تھری گارجز" ڈیم نے سالانہ بجلی پیدا کرنے کا نیا عالمی ریکارڈ قائم کر دیا۔ دریائے یانگ تی پر دس سال پہلے قائم ہونے والے ڈیم کے بجلی گھر سے 2014ء میں مجموعی طور پر 98.8 ارب کلو واٹ اور بجلی پیدا ہوئی۔ اس سے پہلے یہ ریکارڈ 2013ء میں برازیل میں "ایٹوپا" کے نام تھا۔ تھری گارجز ڈیم کارپوریشن کی جانب سے جاری بیان میں بتایا گیا کہ ڈیم سے پیدا ہونے والی توانائی چار کروڑ



توے لاکھ ٹن کوئلہ جلانے جتنی ہے۔ بیان کے مطابق اس طرح ڈیم کے ذریعے دس کروڑ ٹن کاربن ڈائی آکسائیڈ خارج ہونے سے بچے۔

جسٹس رانا بھگوان داس انتقال کر گئے

پاکستان کی سپریم کورٹ کے سابق جسٹس رانا بھگوان داس 23 فروری 2015ء کو 73 سال کی عمر میں کراچی میں انتقال کر گئے۔

مرحوم طویل عرصے سے دل کے عارضے میں مبتلا تھے۔ رانا بھگوان داس پاکستان کے پہلے ہندو اور دوسرے غیر مسلم جج تھے جو سپریم کورٹ کے جسٹس بنے۔ رانا بھگوان داس صوبہ سندھ کے ضلع لاڑکانہ کے شہر نصیر آباد میں دسمبر 942 کہید ہوئے۔ انہوں نے اسلامک سٹڈیز میں پوسٹ گریجویٹ ڈگری حاصل کی۔ رانا بھگوان داس آئینی ماہر مانے جاتے تھے۔ رانا بھگوان داس پہلے سندھ ہائی کورٹ کے جج مقرر ہوئے بعد ازاں آپ سپریم کورٹ کے جج بنے۔ آپ نے پاکستان کے قائم مقام چیف جسٹس کے فرائض بھی انجام دیے۔ ریٹائرمنٹ کے بعد رانا بھگوان داس کو نومبر 2009 میں فیڈرل پبلک سروس کمیشن کا چیئرمین مقرر کیا

گیا۔ اس عہدے پر وہ 2012ء تک تھیں رہے۔ پاکستان سے محبت، اپنے پیشے سے اخلاص اور دیانتداری کے باعث انہیں ہر طبقے اور طبقے میں احترام کی نظر سے دیکھا جاتا ہے۔ ان کا انسانیت کی خدمت پر مکمل یقین تھا۔ ایک تقریب کے دوران انہوں نے کہا تھا کہ لوگ مجھے ہندو سمجھتے ہیں، میں ہندو ہوں نہ مسلمان میرا مذہب انسانیت ہے۔ وہ اپنے کردار کے حوالے سے بہت سے مسلمان بچوں سے بہتر تھے۔ ان کے دامن پر کرپشن کا کوئی داغ نہیں ہے۔ ان کو جاننے اور سننے والے ان کی سادہ زندگی کی تعریف کرتے ہیں۔ ان کی وفات سے پیدا ہونے والا انخلا طویل عرصے تک پر نہیں ہو سکے گا۔ وہ ایماندار و کلام بچوں اور نوجوانوں کیلئے ایک رول ماڈل تھے۔

رانا بھگوان داس ایک شاعر بھی تھے۔ رانا بھگوان داس نے پیغمبر اسلام حضرت محمد ﷺ کی شان میں نعتیں بھی لکھیں ان کی ایک نعت مندرجہ ذیل ہے۔

نبی مکرم شہنشاہ عالی
ہے اوصاف ذاتی و شان کمالی
جمال دو عالم تری ذات عالی
دو عالم کی رونق تری خوش جمالی
خدا کا جو نائب ہوا ہے یہ انسان
یہ سب کچھ ہے تیری ستودہ خصالی
تو فیاض عالم ہے داتائے اعظم
مبارک ترے در کا ہر ایک سوالی
لگاؤ کرم ہو نواسوں کا صدقہ
ترے در پہ آیا ہوں بن کے سوالی
تجھے واسطہ حضرت قاطمہ کا
میری لاج رکھ لے دو عالم کے والی



انٹنامیر مدرسہ و خانقاہ سے غم ناک

تین مختلف فرقوں سے تعلق رکھتی تھیں۔ عمر خیام سنی تھا، نظام الملک طوسی شیعہ اور حسن بن صباح اسماعیلی۔ نیشاپور کے جس مدرسے میں یہ تینوں اکٹھے تعلیم حاصل کرتے تھے وہ امام موفق چلاتے تھے جن کا تعلق شافعی مسلک سے تھا۔

عہد حاضر کے معروف گلشن نگار امین معطوف نے اپنے ناول ”سرقند“ میں تین عظیم مسلم شخصیات اور ان کی بچپن کی، حقیقی یا فرضی، دوستی کا ذکر کیا ہے۔ عمر خیام ایک مشہور ہنست دان اور ریاضی دان تھا، لیکن بعد کے زمانے میں وہ اپنی ان قاری رہائیات کے سبب زیادہ مشہور ہوا جو وہ

کیا آج مختلف مسالک کے طالب علم ایک ہی مدرسے میں تعلیم حاصل کرنے کا سوچ

ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عامل، مختلف محکموں میں عملی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تھار سب جن مدرسے سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش امام اور موزن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔

بھی کہتے ہیں؟

اندلس اور مراکش سے آسام تک جس خطے میں اسلام کو فروغ حاصل ہوا اس نے ایک خاص تہذیب پیدا کی، جسے اسلامی تہذیب کہا جاتا ہے۔ داعش بازو کے مفکر اس تہذیب پر ناز کرتے ہیں اور عام مسلمان جب نشاۃ الثانیہ کی بات کرتا ہے تو اس کا خواب یہی ہوتا ہے کہ اسلامی تہذیب کا وہ سنہرے دور پھر سے لوٹ آئے۔

کشف رضا

فقہاء، علماء اور صوفیاء نے تولدوں کی بڑی تعداد کو مسلمان کیا تھا، مگر اس تہذیب کی خوب صورتی اس کے فن کاروں، شاعروں، معماروں، مفکروں، سائنس دانوں، قالین بافوں، ظروف سازوں اور ہنر مندوں کی مرہون منت تھی۔ ان سب نے مدرسوں

حسن صباح نے قلعہ الموت میں ایک خطرناک گروہ خشیشین کی بنیاد ڈالی جو سیاسی اور مذہبی بنیادوں پر اپنے مخالفین کو قتل کرتے پکارتے تھے۔

تینوں ایک ہی عہد میں زندہ تھے۔ وہ ایک ہی جماعت یا درجے میں پڑھتے تھے یا نہیں، اس بارے میں کہانی تو موجود ہے لیکن یقین سے کچھ نہیں کہا جاسکتا۔ البتہ یہ طے ہے کہ تینوں نے نیشاپور کے ایک ہی مدرسے سے تعلیم حاصل کی۔ میں جس بات کی جانب توجہ دلانا چاہتا ہوں وہ یہ ہے کہ یہ تینوں شخصیات اسلام کے

میں ہی تعلیم پائی تھی۔

مستثنیات تو شاید موجود ہوں، لیکن ہمارے آج کل کے مدارس نے کتنے فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنرمند پیدا کیے ہیں۔ کیا یہ درست نہیں کہ ایک مدرسے میں پڑھنے والا طالب علم یا تو پیش امام بننا ہے یا عربی اور دینیات کے حاصل کردہ علم کی بنیاد پر کسی یونیورسٹی سے ڈگری حاصل کرتا ہے یا کوئی چھوٹا موٹا کام کرتا ہے۔ وہ مدارس جو اپنے معاشرے کو علماء، فقہاء اور صوفیاء کے ساتھ ساتھ فن کار، شاعر، معمار، مفکر، سائنس دان اور ہنرمند بھی فراہم کرتے تھے آج ایسے تھی دست کیوں رہ گئے....؟

ماضی میں ہمارے معاشرے کے تمام سرکاری عمال، مختلف محکموں میں مچلی سے اعلیٰ ترین سطح تک پہنچنے والے افسران، سفارت کار، تجارت سب جن مدارس سے پڑھ کر آتے تھے، وہ اب صرف پیش امام اور موزن ہی کیوں پیدا کر رہے ہیں۔ ان مدارس کے کارپردازوں سے کہیں کوئی خطی تو نہیں ہو گئی؟ کیا ماضی میں کسی موقع پر وہ اپنی سمت تبدیل کر سکتے تھے....؟

اسلام کے ابتدائی دور کے مدارس بالکل سادہ تھے۔ وہاں صرف قرآن و حدیث کی تعلیم دی جاتی تھی جب کہ زندگی گزارنے کے ذہب عرب قبائل اپنے طور سے سیکھتے تھے۔ اموی اور اس کے بعد عباسی دور میں مسلمانوں کا دیگر اقوام سے رابطہ بڑھا تو ان کے علوم سے بھی رغبت پیدا ہوئی۔ یونانی زبان سے تراجم نے مسلمانوں کو فلسفے کی بھی چاٹ لگا دی۔ مذہبی عقائد اور فکر کو عقل و منطق کی کسوٹی پر

پرکھنے کے لیے علم الکلام سامنے آیا۔ مسیحی علماء نے اسی سے ملتے جلتے علم کا نام تھیولوجی اور سکوئیسیٹی سزم رکھا تھا۔

اس دور کے مسلمان ایک فاتح قوم تھے۔ لیکن یونانی اور رومی دماغوں کی تخلیقات دیکھ کر وہ متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے تھے۔ اس غیر مذہبی فکر کا اثر مسلمانوں کی مذہبی فکر پر بھی پڑا اور وہ مدارس جہاں سادہ سی تعلیم دی جاتی تھی، اب وہاں منطق اور فلسفے نے بھی بار پالیا۔

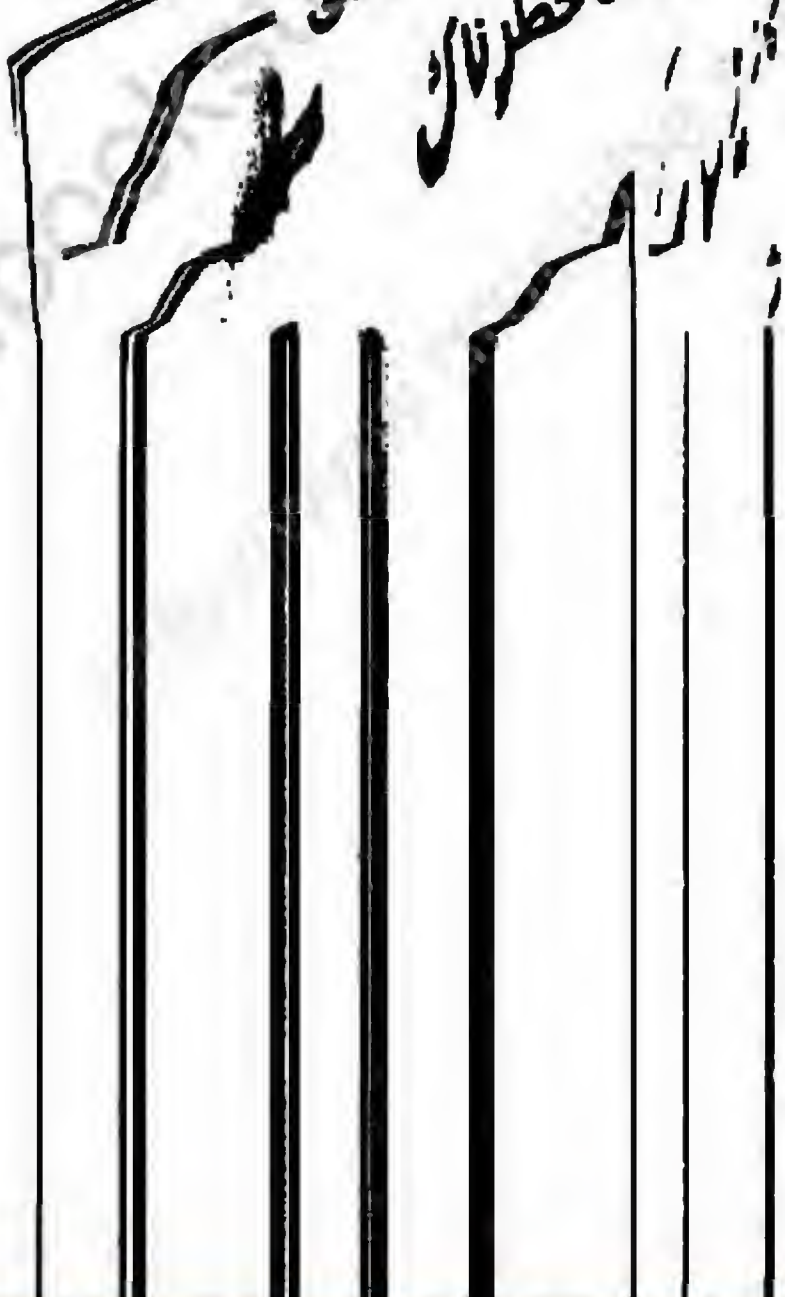
مدارس کے نصاب میں وقتاً فوقتاً ہونے والی تبدیلیوں کا ایک جائزہ خود برصغیر کے مدارس کے نصاب میں ہونے والی تبدیلیوں سے بھی لگایا جاسکتا ہے۔ مولانا ابوالحسنات ندوی نے اپنی کتاب ”ہندوستان کی قدیم اسلامی درس گاہیں“ میں اسلامی مدارس کے نصاب کے پانچ ادوار بتوائے ہیں۔ نصاب میں درجہ بہ درجہ تبدیلیاں کرنے والوں میں اکبری دور کے ملا فتح اللہ شیرازی اور خانم گیری دور کے ملا نظام الدین کے نام خاص طور سے قابل ذکر ہیں۔ نصاب میں تبدیلیوں کی بدولت انیس سو بائیس تک آتے آتے ”معتولی علوم“ پر جنی کتابوں کی تعداد اکیاون ہو گئی جب کہ شرعی علوم کی کتابوں کی تعداد اٹھارہ رہ گئی۔ مگر ہم جانتے ہیں کہ اس سے پچاس برس پہلے ہی سرسید احمد خان مسلمانوں کے لیے مغرب کے ماڈل پر اسکول، کالج اور یونیورسٹیاں بنانے کی تحریک شروع کر چکے تھے اور مسلمانوں کے بہترین دماغ اب انھی اداروں سے نکل رہے تھے۔

سانحہ یہ ہے کہ وہ مسلمان جنہوں نے اپنے عروج کے زمانے میں پیرونی مغربی کرتے ہوئے علم

تعلیم کا نام نہ لیا

اس پر کیا اور یورپ اور ہم پر ظلم کریں گے تو
 جس کے نصاب میں بھی شبہ لگے گا۔
 اور ہمارے خود میں ہم ہماروں کو اگر ہمارے ہی ہم
 وطنوں کا خون کرنے سے فراغت ملی تو ان میں سے
 ایک آدمہ حملہ آور کبھی کبھار کسی یونہی یا امریکی
 شیریں وادہ کر تو اب دارین حاصل کر سکے گا۔ لیکن
 اگر ہم اپنا زوال، اپنی تہذیبیں برداشت نہیں کر سکتے تو
 پھر ہمیں جدید علوم سے استفادہ کرنا ہی ہو گا۔
 علوم کو دینی درجہ دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد
 اپنے دور عروج میں انھوں نے معقول علوم
 دیا تھا۔۔۔؟

یوں کا دھواں سگریٹ نوشی
 سے بھی زیادہ خطرناک



Copied From Web

دال سوسائٹی کی جنت و جہنم

مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہو گا۔ یہ وہ زاد۔ روا تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یاد میں قرآن پڑھ کر اور کسی کی برسی پر دعاؤں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح ”سول سوسائٹی“ کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار قیمتی جا رہی ہیں، اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔ موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہو گئیں، انہیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک معاشرتی رواج کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے مٹ زاوہ (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، اسے خواتین روشن کرتیں اور اس کا مقصد عورت کے اس ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تاعود کے 31 باب سے لیتے ہیں،

”اے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے لکنا پڑا۔ تم سانپ کی دلکشی پر فریفتہ ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آ گئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

شہید کیا تھا

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دست دعا بند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بلندی کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آئندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یاد میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعاؤں اور رب کے حضور التجاؤں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں

اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعاؤں کی ضرورت ہے۔ کوئی

مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا، یا چوروں ڈاکوؤں سے لڑتا زندگی کی بازی ہارتا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیں تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے

نیکنالوجی کے میدان میں دنیا کی دیگر اقوام سے مر
ترک کرنا ہو گا۔ اپنے پڑوسی ملک بھارت کی تر
بھی ٹھنڈے پھٹوں برداشت کرنا ہو گا اور اسے کہہ
گا کہ بھائی ہم تو اپنا دین محفوظ بنا رہے ہیں، دنیا
ترقی تھی تو ہمارے ہو۔

امریکا اور یورپ اگر ہم پر ظلم کریں گے تو آ
جیسے کے جیسے ان کے خلاف مظاہرہ کر لیا کریں گے
اور ہمارے خود کش بمباروں کو اگر ہمارے ہی ہم
وطنوں کا خون کرنے سے فراغت ملی تو ان میں سے
ایک آدھ حملہ آور کبھی کبھار کسی یورپی یا امریکی
شہری کو مار کر ثواب دارین حاصل کر سکے گا۔ لیکن
اگر ہم اپنا زوال، اپنی تدریل برداشت نہیں کر سکتے تو
پھر ہمیں جدید علوم سے استفادہ کرنا ہی ہو گا۔

کیا مدارس اپنے نصاب میں سائنس اور جدید
علوم کو وہی درجہ دے سکتے ہیں جو یونانی تراجم کے بعد
اپنے دور عروج میں انھوں نے معقولی علوم
دیا تھا....؟



الکلام ایجاد کر لیا تھا، اپنے زوال کے زمانے میں
یورپی مغربی کرتے ہوئے سائنس اور دیگر جدید علوم
کی جانب راغب نہ ہو سکے اور نصاب میں تبدیلی کی
کوششوں کے باوجود مغربی ماڈل کے اسکولوں سے
بہت پیچھے رہ گئے۔ وہ مستقبل جو سرسید کو صاف نظر آ
رہا تھا، برصغیر کے غناء کی نظروں سے پوشیدہ رہا۔
انھوں نے اپنی تمام تر توانائیاں سرسید تحریک کی
مخالفت میں صرف کیں۔ یہ اور بات ہے کہ بعد میں
وہ ان اسکولوں کے نصاب میں بھی نقب لگانے میں
کامیاب ہو گئے۔ لیکن یہ موضوع پھر کبھی سنی۔

اب اگر ملک میں قرون وسطی کا نظام رائج کر دیا
جائے، سرکاری نوکریاں اور دیگر مناصب معاش کے
لیے عربی دانی کو شرط اول قرار دے دیا جائے، تو ان
مدارس کا بول بالا ہو سکتا ہے۔ غناء کے نقطہ نظر سے
دیکھیں تو ایسی صورت میں ہمارا دین بھی بچ جائے گا۔
اسلامی تصورات اس کے دل و دماغ میں راسخ ہوں
گے اور ہم سب اپنے لیے ثواب کثیر کا بندوبست کر
سکیں گے۔ لیکن ساتھ ہی ہمیں جدید علوم اور

گاڑیوں کا دھواں سگریٹ نوشی

سے بھی زیادہ خطرناک



برطانوی ماہرین نے خبردار کیا ہے کہ گاڑیوں کے
دھواں سے پیدا ہونے والی آلودگی سگریٹ نوشی سے بھی
زیادہ خطرناک ہے۔ ماہرین نے سفارش ہے کہ ٹریفک سے
بھری شاہراؤں کے پاس نئے اسکول، کیئر سنٹرز اور اسپتال
تعمیر نہ کیے جائیں جبکہ پہلے سے آلودہ ماحول میں موجود
اداروں میں ایئر فلٹریشن سسٹم نافذ کیا جائے۔

وال سوسائٹی کی جنت و جہنم

مغفرت کرنے سے ہمارے اپنے گناہ کم ہوں گے اور ہماری بھی بخشش کا سامان مہیا ہو گا۔ یہ دونوں راہ تھی جو ہم اپنے پیاروں کو دیا کرتے تھے۔ کسی کی یا میں قرآن پڑھ کر اور کسی کی برسی پر دعائوں کے نذرانے دے کر۔ لیکن جس طرح "سول سوسائٹی" کے نام پر اس ملک سے اور بہت سی اقدار چھینی جا رہی ہیں، اب یہ قدر بھی موم بتیاں روشن کرنے میں بدل گئی۔ موم بتیاں کب سے روشن ہونا شروع ہو گئیں، انھیں کیوں روشن کیا جاتا تھا اور اب اسے ایک معاشرتی رواج کیوں دیا جا رہا ہے۔ دنیا میں یہودیوں نے سب سے پہلے مت زائد (MITZAWAH) کے نام پر موم بتیاں روشن کرنا شروع کیں، اسے خواتین روشن کرتیں اور اس کا مقصد عورت کے اس ازلی ابدی گناہ کی تلافی کرنا تھا جس کا ماخذ یہودی اپنی کتاب تاناکہ کے پیر 31-ب سے لیتے ہیں،

"اسے عورت تم سے ایک جرم سرزد ہوا تھا جس کی پاداش میں ہمیں جنت سے لٹکانا پڑا۔ تم ساپ کی دلکشی پر فریفتہ ہو گئیں اور اس کے بہکاوے میں آ گئیں اور پھر تو نے ہمارے باپ آدم کو بھی اس میں

ایک زمانہ تھا جب لوگ اپنے کسی پیارے کے اس دنیا سے چلے جانے کے بعد فوراً دست دعا بند کرتے تھے، اللہ سے اس کی مغفرت کے لیے دعا کرتے، اس کے درجات کی بندہ کی استدعا کرتے اور اسے جنت الفردوس میں مقام عطا کرنے کے لیے اللہ کے سامنے درخواست گزار ہوتے۔

یہ کیفیت صرف مسلمانوں کی ہی نہیں تھی بلکہ تمام مذاہب کے ماننے والے اپنے پیارے کو آئندہ دنیا کے سفر پر روانہ کرتے تو اس کی یا میں جو بھی تقریب منعقد ہوتی وہ دعائوں اور رب کے حضور التجائوں سے آغاز اور انجام پاتی۔

ہم میں سے ہر کسی کا یہ ایمان تھا کہ مرحوم جس دنیا میں چلا گیا ہے وہاں اسے ہماری نعرہ بازی، جلسوں

اور پوسٹر بازی سے زیادہ ہماری دعائوں کی ضرورت ہے۔ کوئی

مظلوم کسی ظالم کے ہاتھوں قتل ہوتا، کوئی وطن کی حفاظت میں جان دیتا، یا چوروں ڈاکوؤں سے لڑتا زندگی کی بازی ہارتا، ہم ایسے شہیدوں کے لیے دعائیہ تقریبات منعقد کرتے کہ ہمارا ایمان تھا کہ یہ لوگ تو اللہ کے ہاں بخشے جا چکے ہیں لیکن ان کے لیے دعائے

اور یا مقبول جان

وہابی کا جنت

اس خاص موم عقی کا نام YAHRTZEIT

رکھا گیا ہے۔

کسی سانچے، تشدد یا بربریت میں مرنے والوں کی یاد میں موم بتیاں جلانے کا رواج بھی یہودیوں نے شروع کیا۔

جنگ عظیم دوم کے بارے میں یہودی دعویٰ کرتے ہیں کہ ان کے ساتھ لاکھ افراد قتل کیے گئے تھے۔ ان ساتھ لاکھ یہودیوں کے قتل کی یاد میں

ہر سال ”یوم نشوآ“ YOM-E-NASHOAH منایا جاتا ہے اور ہر گھر، عبادت گاہ اور یہودی عمارت پر موم بتیاں روشن کی جاتی ہیں۔ موم عقی جلا کر مرنے والوں کی یاد منانے کی یہ رسم یہودیوں نے خود ایجاد کی اور اس کا ان کے دین سے کوئی تعلق نہ تھا اور نہ اس کے بارے میں کوئی احکامات موجود تھے۔

ان کی دیکھا دیکھی اس رسم کو عیسائیت نے بھی اپنالیا حالانکہ اس کا کوئی حکم نہ انجیل میں موجود تھا اور نہ ہی قدیم روایات میں اس کا تذکرہ ہے۔

اس کا آغاز مشرقی آرتھوڈوکس چرچ نے اپنی عبادت سے کیا جس میں پورے کا پورا مجمع ہاتھ میں موم عقی پکڑے کھڑا ہوتا ہے۔ قربان گاہوں پر موم بتیاں روشن کی جانے لگیں، مشرقی کیتھولک اور نیکل کیتھولک بلکہ رومن کیتھولک سب کے سب موم عقی کو مسیح کی روشنی سے تعبیر کرنے لگے۔ اس رواج کو مقدس بنانے کے لیے کہا گیا کہ چرچ میں جلانے جانے والی موم بتیوں میں کم از کم 51 فیصد موم شہد کی مکھڑوں کے چھتے سے حاصل کیا جائے۔

ایسٹر کے موقع پر ایک خاص موم عقی روشن کی جاتی ہے جسے پاشل PASCHAL کہا جاتا ہے۔

شریک کر لیا۔

یوں تمہاری وجہ سے اس زمین بلکہ ہماری زندگیوں میں بھی اندھیرا چھا گیا۔ اس لیے اب تمہیں موم بتیاں روشن کر کے دنیا میں روشنی کو واپس لانا ہو گا۔

موم عقی کو روشن کرنے اور عورت کی غفلت کی تلافی وہ یوم سبت یعنی ہفتے کے دن کے تہوار کے طور پر کرتے ہیں۔ یہ موم بتیاں جمعہ کی شام یعنی ہفتے کی رات کو روشن کی جاتی ہیں۔

عورتیں دو موم بتیاں جلاتی ہیں۔

ایک تورات کے باب Exodus 8:20 کے مطابق جب یہودیوں کو اپنے وطن سے در بدر کیا گیا تھا اور دوسری تورات کی پانچویں کتاب Deuteronomy کے فقرہ 5:12 کے مطابق جن میں یوم سبت منانے کے لیے کہا گیا ہے۔

عورتیں موم بتیاں جلا کر اپنی آنکھوں کو ہاتھ سے دھانک لیتی ہیں۔ پھر شکر ادا کرتی ہیں کہ خدا نے ہمیں مقدس بنایا اور ہمیں سبت کی شمعیں جلانے کا حکم دیا۔ یہودیوں کا ایک اور تہوار ”ہنو کا“ HANUKAH ہے جو یہودی مہینے کزلیو KISLEV کی 25 تاریخ کو آٹھ دن کے لیے منایا جاتا ہے۔ یہ تہوار 165 قبل مسیح میں یہودیوں کی یونانی اور شامی فوجوں پر فتح کے جشن کے طور پر منایا جاتا ہے۔ اسے ”چنوآ“ CHANUH یعنی روشنیوں کا تہوار بھی کہا جاتا ہے۔ ان آٹھ دنوں میں یہودی مسلسل موم بتیاں روشن کرتے ہیں۔

موم بتیاں جلانا ان کے لیے ان تہواروں تک ہی محدود نہیں، بلکہ مرنے والے کی موت کی سالگرہ کے دن بھی موم بتیاں جلائی جاتی ہیں۔

مارچ 2015ء

اسے مسیح کے ایشر کے دن دوبارہ زندہ ہونے کی علامت کے طور پر چلایا جاتا ہے۔

ورلڈ ٹریڈ سینٹر کے حادثے کے بعد موم بتیاں جلانے کو ایک عالمی رسم بنانے کی کوشش کی گئی۔ یہ رسم عام آدمی نے قبول نہیں کی بلکہ ہمارے معاشرے کی ایک نئی ایجاد سول سوسائٹی نے کی۔

یہ سول سوسائٹی کیا ہے....؟

اس کا تاثر پوری دنیا کے غریب معاشروں میں ایسا ہے جیسے ساری قوم جاہل، ان پڑھ گنوار، ظالم، متشدد اور بیہودہ ہے اور یہ چند فیشن زدہ مغرب سے مرعوب اور اپنی زبان و تہذیب سے نا آشنا لوگ ہی مہذب اور انسان دوست ہیں۔

یہ سول سوسائٹی روسی کیمونسٹ حکومت کے خاتمے کے بعد کارپوریٹ سرمائے سے بننے والی جمہوری حکومتوں نے دنیا کے غریب ملکوں میں ایک عالمی کلچر کے فروغ کے لیے بنائی تاکہ ان کمال تک سکے۔

پہلے کسی ملک میں حکومت ہوتی تھی اور دوسرے عوام۔ دنیا کی تمام حکومتیں اور عالمی انجمنیں حکومتوں کو قرض دیتی تھیں تاکہ وہ عوام پر خرچ کریں۔ لیکن اسی کی وہائی میں ان حکومتوں کو تک بیک اور عالمی رشوت خوری کے ذریعے کہیں کیا گیا اور پھر ایک وسیع پیمانہ پر ایجنڈے سے بدنام کیا گیا تاکہ مغربی حکومتیں اور عالمی انجمنیں غریب ملکوں میں براہ راست لوگوں کو امداد دیں۔ اس کے لیے این جی اوز بنائی گئیں۔ ہر ملک کے سفارت خانے نے مدد دینے کی کھڑکی کھول لی، عالمی ادارے بھی انھی این جی اوز کو گرانٹ دینے لگے۔ یہ لاکھوں روپے تنخواہ پر تعین و فائز اور بڑی بڑی انٹرنیشنل گازیوں میں

گھومنے والے انھی این جی اوز کے ملازم تھے یا پھر ان کے کردار دھرتا۔ ان تمام مفت خوروں نے ملکر ایک گردہ تشکیل دیا جس کا نام سول سوسائٹی ہے۔ یہ دنیا کے ہر غریب ملک میں پایا جاتا ہے۔ افریقہ میں اس کی بہتات ہے۔

یورپ میں عوام سڑکوں پر نکلتی ہے لیکن افریقہ اور ایشیا میں سول سوسائٹی۔

یہ ان کا حق ہے جس کو چاہیں روکیں یا جس پر چاہیں نہ روکیں لیکن دکھ یہ ہے کہ ان کی وجہ سے قوم پہلے اپنے شبیدوں کو، بے گناہ مر جانے والوں کو، یا پھر اپنی کسی محبوب شخصیت کی یاد منانے کے لیے اکٹھا ہوتی تو اپنے پروردگار سے دست بردار ہوا کرتی تھی لیکن شاید ہم اب ان لوگوں کے لیے دعا کرنا بھی بھول جائیں گے۔ بس موم بتی جلائی، تصویر بنوائی اور آرام سے سو گئے۔

صوفیاء اور اہل نظر کا عقیدہ ہے کہ ہر جمعہ کی رات ارواح اکٹھا ہوتی ہیں تو اگر کسی کی اولاد یا چاہنے والے نے اس کے لیے مغفرت کی دعا کی ہوگی، کوئی تلاوت اس کے نام سے کی ہوگی، کوئی نیکی کا کام یا رفاہ عامہ کا کام اس کے نام منسوب کیا ہوگا تو یہ اسے تحفے یا اجر کے طور پر ملتا ہے۔

ان ارواح کے ہجوم میں سب سے شرمندہ اور پرہیزگار وہ روح ہوتی ہے جس کی اولاد یا پیار کرنے والے اسے ایسا تحفہ نہیں بھیجتے۔

ہم نے زندوں کو تو مایوس کیا تھا اب ہم نے مردوں کو بھی مایوس کرنا شروع کر دیا ہے۔ اب ہمارے مردوں کے نصیب میں سول سوسائٹی کی جنت یا جہنم ہے۔



دیکھ کر ہنس



طلبہ طالبات

اور

مجلس

سیدہ راشدہ عفت

محترمہ سیدہ راشدہ عفت جنہیں سلسلہ عظیمیہ کے اراکین اور دیگر بے شمار افراد امی جان کہتے تھے، سلسلہ عظیمیہ کی اہم متون تھیں۔ آپ پاکستان بننے سے تقریباً پانچ سال قبل پیدا ہوئیں۔

بچپن ہی سے انہیں مکمل دینی ماحول ملا۔ مذہبی اور تعلیم یافتہ گھرانہ تھا، صوم و صلوات کے ساتھ پردے کی بھی پابندی تھی۔

احمد بن شہزاد

حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی

اس کے لیے وقف کر دی تھی۔ انہوں نے سلسلہ عظیمیہ کی خواتین کے ساتھ رہ کر ان کی تربیت کی۔ وہ تمام خواتین کے ساتھ اپنی بیٹیوں کی طرح محبت کرتی تھیں اور قدم پر ان کی راہنمائی کرتی تھیں۔

امی جان ایک رحم دل اور سخی خاتون تھیں۔ وہ ضرورت مندوں اور غریبوں کے کام آتی تھیں۔ امی جان ان بستیوں میں سے تھیں جو اپنے حصے کا کھانا بھی دوسروں کو کھلا دیتے ہیں۔

حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی

خدمت اقدس میں ہدیہ نعت پیش کرنے کا امی جان مسلسل اہتمام فرماتیں۔ جہاں دو چار خواتین ان کے پاس جمع ہوتیں وہ فرماتیں چلو ایتیس پڑھ لیتے ہیں۔ پھر دیکھتے ہی دیکھتے امی جان کے کمرے سے نگوں کی اور صلوات و سلام کی پر نور صدائیں آنے لگتیں۔

امی جان ہر سال ہر مہینہ نہیں بلکہ تقریباً ہر روز ہی نعت خوانی اور ہونے کے تو میلاد کا اہتمام کر لیا کرتی تھیں۔ زیر لب بھی نعت پڑھتیں۔ ذکر مصطفیٰ کے دوران ان کے آنسو بہتے رہتے جنہیں وہ خاموشی سے اپنے دوپٹے کے پو میں جذب کرتی رہتیں۔۔۔

آج وہ ہمارے درمیان نہیں ہیں تو ان کی کمی شدت سے محسوس ہو رہی ہے۔ ایسے لگ رہا ہے جیسے

صاحب کی شریک حیات بننے کا موقع نصیب ہوا، محترمہ راشدہ عفت اور خواجہ شمس الدین کے مہین شادی ۱۹۵۵ء میں ڈھاکہ میں ہوئی اور رخصتی کے بعد آپ کراچی آئیں۔ عظیمی صاحب کے ساتھ ہر قسم کے حالات میں زندگی بسر کی۔ آپ نے عظیمی صاحب کے ساتھ چھپن برس کی مشترکہ زندگی میں گھر کے لئے بہت زیادہ خدمات انجام دیں۔ اللہ تعالیٰ نے انہیں پانچ بیٹے اور چار بیٹیوں سے نوازا ہے۔

ایک فداکار و مہربان زوجہ اور تمام مشکلات میں اپنے شوہر کے لئے بہترین یا دور و مددگار تھیں، روحانی مشن کی ترویج کے لئے خدمتِ خلق کا یہ سلسلہ جب ایک فرد، ایک مکان سے شروع ہوا تھا تب سے آپ نے اپنی زندگی

ہماری ماں ہم سے بچھڑ گئی ہے۔ امی جان کو اپنے بچوں سے رخصت ہوئے دو سال ہوئے واسلے ہیں۔ 15 مارچ 2013ء بمطابق 2 جمادی الاولیٰ آپ کا یوم وفات ہے۔

آئیے....! ہم سب مل کر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ امی جان کی مغفرت فرمائے اور انہیں جنت الفردوس میں بہت اعلیٰ مقام عطا فرمائے اور امی جان کی اولاد کو اور عقیدت مندوں کو ان کے اعلیٰ اوصاف اختیار کرنے کی توفیق عطا فرمائے۔ آمین



سیدہ سعیدہ خاتون عظمیٰ

موجودہ دور میں خواتین کی روحانی صلاحیتوں کا اور روحانی مشن کی خدمت کرنے والی خواتین کا جہاں بھی ذکر ہو گا وہاں خدا وادہ صلاحیتوں کی حامل پاکستان سے انگلستان میں جا بسنے والی ایک محترم خاتون، محترمہ سعیدہ باقی کا نام یقیناً کیا جائے گا۔

سعیدہ باقی سلسلہ عظیمیہ کا درخشندہ ستارہ تھیں.... حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب جب بھی سعیدہ باقی کا تذکرہ فرماتے.... آپ کی آواز شفقت کے جذبات سے پُر ہوتی.... کئی مواقع پر حضرت عظیمی صاحب نے فرمایا.... ”اللہ تعالیٰ نے مجھے سعیدہ کی صورت میں ایک ذریعہ عطا کیا ہے.... میں اس کے لئے ذاتِ باری تعالیٰ کا بہت سی شکر گزار ہوں....“

سعیدہ خاتون کی پیدائش نومبر 1938ء میں تاجپور شہر کے علاقے ”بڑا نسل صاحب“ کے ایک سادات گھرانے میں ہوئی۔ والد محترم کا نام سید نظام علی جبکہ والدہ چھوٹی بائی کے نام سے مشہور تھیں۔ سید نظام علی نے ہندوستان کے معروف روحانی بزرگ حضرت بابا

تاج الدین تاجپوری کا آخری دور پایا۔ نظام علی اپنے پاکیزہ کردار اور شرافت کی وجہ سے نہایت قدر و منزلت کی نگاہ سے دیکھے جاتے تھے۔ ایک روز ان کے والد اپنے دوستوں کی ہمراہ تانگے پر سوار تاجپور کے بازار سے گزر رہے تھے کہ اچانک لوگوں میں شور مچ گیا۔ بابا تاج الدین آ رہے ہیں.... اس وقت تاجپور کیا، پورے ہندوستان میں بابا تاج الدین کی کرامات کا چرچا تھا.... جب بابا تاج الدین شہر میں نکلے تو آپ کے پیچھے لوگوں کا ایک جھوم ساتھ چلا کرتا تھا.... اس وقت بھی بازار کے لوگ کام چھوڑ کر بابا صاحب کی طرف متوجہ ہو گئے.... تانگے والے نے بھی تانگہ روک لیا.... بابا تاج الدین غیر متوقع طور پر تانگے کے قریب آئے.... آپ کے ہاتھوں میں کیلوں کا ایک گچھا تھا.... کیلے کا یہ گچھا بابا تاج الدین نے سعیدہ خاتون کے والد کی طرف بڑھایا اور اپنے مخصوص انداز میں فرمایا ”لے کھالے!.... تیری اولاد نیک ہوگی“.... اللہ تعالیٰ نے

نظام علی کو دو صاحبزادوں اور سات صاحبزادیوں سے نوازا۔ دونوں صاحبزادے اولادوں میں سب سے بڑے تھے۔ سعیدہ باقی کا نمبر بہنوں میں چوتھا تھا۔

نظام علی دوسری جنگ عظیم کے دوران یورپ میں پانچ سال مقیم رہے۔ سعیدہ باقی تقسیم ہندوستان سے 15 روز پہلے ہی بڑے بھائی اور بڑی بہنوں کے ہمراہ پاکستان آ گئی تھیں کیونکہ بڑے بھائی کا تھاولہ کراچی میں ہو گیا تھا۔ نظام علی، چھوٹی بائی اور سعیدہ باقی کی چھوٹی بہنیں آزادی کے ایک ماہ بعد آئے۔ سعیدہ خاتون ان میں زیر تعلیم تھیں کہ ان کے لیے عبدالمحفوظ بڑا صاحب کا رشتہ آیا اور سعیدہ باقی حفیظ بھائی کے ساتھ رشتہ ازدواج میں منسلک ہو گئیں۔ سن 1960ء۔

اولیٰ میں سعیدہ خاتون حفیظ بھائی کے ساتھ مانچسٹر چلی گئیں اور تادم آخر وہیں مقیم رہیں۔

سعیدہ بھائی اپنے نام کی طرح ایک سعید روح تھیں والدین کے لئے صالح بیٹی، بڑے بہن بھائیوں کے لئے فرما تیرہ وار بہن اور پھوپھوں کے لئے سراپا محبت تھیں۔۔۔۔۔ اپنے بچوں کی تعلیم و تربیت میں بھی شفقت و محبت نمایاں تھی۔ تربیت کے معاملے میں موقع کی مناسبت سے سختی سے بھی پیش آتی تھیں۔ بچوں کی تربیت میں وہ سونے کے چمچے سے کھلانے اور عقاب کی نغروں سے دیکھنے پر یقین رکھتی تھیں۔

سعیدہ خاتون کو بچپن ہی سے اللہ سے قربت اور غیب کی دنیا کے حقائق جان لینے کی جستجو رہی۔۔۔۔۔ یہ جستجو انہیں قدرت کی توفیق سے ملی تھی، چنانچہ اس کی تکمیل کے لئے راستے بھی کھلتے چلے گئے۔۔۔۔۔ روحانی حواس بیدار ہوئے تو ان پر سنے سنے راز کھلنے لگے۔ سعیدہ خاتون جو محسوس کرتیں اسے قلمبند نہ کیا کرتیں۔۔۔۔۔ اور وقتاً فوقتاً اپنی بڑی بہن کو ارسال کر دیا کرتیں۔۔۔۔۔ دسمبر 79ء میں روحانی ڈائجسٹ کا اجراء ہوا۔ سعیدہ بھائی کی بہن جو کراچی میں مقیم تھیں، روحانی ڈائجسٹ کے شمارے ان کی نفرت سے گزرے تو انہوں نے سعیدہ بھائی کی واردات و نیفیات چیف ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو ارسال کر دیں۔

روحانی ڈائجسٹ مئی 1979ء کے شمارے میں پہلی مرتبہ سعیدہ بھائی کی روحانی نیفیات ”واردات“ کے زیر عنوان شائع ہونا شروع ہوئیں۔۔۔۔۔ یوں روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے ساتھ آپ کا قلبی رشتہ بن گیا۔۔۔۔۔ پھر روحانی ڈائجسٹ سے صفحات پر آپ کی وقتاً

وقتاً تحریریں شائع ہوتی رہیں۔ سعیدہ بھائی نثر و نظم میں منفرد انداز کی حامل تھیں۔ سعیدہ خاتون نے نثر کے ساتھ ساتھ نظم و غزل میں بھی اپنے خیالات اور کیفیات و مشاہدات کو رقم کیا۔ مختلف پروگراموں کی رپورٹس بھی تحریر کیں۔

سعیدہ خاتون عظیمی کے مضامین، واردات و نیفیات، سفرنامے، قسط وار کہانیاں بعد میں کتابی صورت میں بھی شائع ہوئیں، جن میں روحانی ڈائری، روح کہانی، اندر کا مسافر، خوشبو، جوگن، روحیں بولتی ہیں، قدیں، گیارہ ہزار فریکوئنسی، قرآن اور تصوف، مراقبہ کی اقسام اور معرفتِ عشق شامل ہیں۔

روحانی ڈائجسٹ کے مطالعے نے آپ کے دل پر بے حد اثر کیا اور آپ نے حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کو خط تحریر کیا۔۔۔۔۔ الشیخ عظیمی صاحب نے جواب میں اجتماعی مراقبہ کرانے کی اجازت دی۔۔۔۔۔ سعیدہ بھائی نے مانچسٹر انگلینڈ میں اپنے گھر پر محفل مراقبہ کا آغاز کیا تو ابتداء میں چند ملنے جتنے والے ہی اس محفل میں شریک ہوا کرتے۔۔۔۔۔ 1983ء میں حضرت عظیمی صاحب انگلینڈ تشریف لے گئے اور مراقبہ ہال کا باقاعدہ افتتاح فرمایا۔۔۔۔۔ اُس روز سے سعیدہ خاتون کی مصروفیات میں اضافہ ہو گیا اور دیکھتے ہی دیکھتے ان کی عمرانی میں انگلینڈ کے دیگر شہروں میں بھی مراقبہ ہال قائم ہونے لگے۔۔۔۔۔ 1991ء تک لندن، برمنگھم، بریٹ فورڈ، ہڈرز فیلڈ اور گلاسکو میں سلسلہ عقیمہ کے تربیت یافتہ اراکین مراقبہ ہال کے تحت روحانی مشن کی خدمات انجام دے رہے تھے۔۔۔۔۔ آپ اکثر اپنے شوہر عبدالحفیظ بٹ کے ہمراہ کراچی میں حضور قلندر بابا اولیائی کے عرس مبارک کی مرکزی تقریب میں

سایہ عاطفت سے محروم ہوئے۔ سعیدہ باقی جیسی مشن سے کنٹ منٹ رکھنے والی بے لوث اور خدا و املاحتیوں کی حامل بستیاں بہت کم ہوتی ہیں۔

سعیدہ خاتون!.... خصوصاً خواتین کے لئے ایک مثالی کردار ہے۔ ایک کردار جو خواتین کو رہنمائی فراہم کرتا ہے کہ ایک عورت اپنی گھریلو اور معاشرتی ذمہ داریوں کے ساتھ کس طرح ربا سلوک میں بھی کامیابیوں کے دروازے کھول سکتی ہے۔

سعیدہ باقی نے ثابت کر دیا ہے کہ روحانی اور دنیاوی تقاضوں کو کس طرح متوازن اور معتدل انداز میں پورا کیا جاسکتا ہے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ ان کی خدمات قبول ہوں۔ ان کی مغفرت ہو اور انہیں جنت الفردوس میں اعلیٰ مقام عطا ہو۔ آمین۔



شرکت کرتی.... پاکستان کے دیگر شہروں میں بھی آپ کو خطاب کے لئے مدعو کیا جاتا.... وہ گزشتہ اڑتیس سال سے انگلینڈ میں مقیم تھیں.... سعیدہ خاتون کی کوششوں سے اور اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے سالفورڈ یونیورسٹی میں ڈپارٹمنٹ آف Rehabilitation میں حضور قلندر بابا اولیاء کی تصنیف ”عروج و قلم“ کا انگریزی ترجمہ اور حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب کی کتابوں کے انگریزی ترجمے کو بی ایس سی آنرز کے کورس میں شامل کر لیا گیا.... سعیدہ خاتون 1999ء میں سالفورڈ یونیورسٹی کی وزٹنگ پروفیسر مقرر ہوئیں....

محترم سعیدہ باقی 23 مارچ 2003 برطانیہ کے شہر مانچسٹر میں انتقال کر گئی تھیں۔ سعیدہ باقی کے انتقال سے خاص طور پر برطانیہ میں مقیم عظیمی بہن بھائی بہت محبت کرنے والی بہن ماں جیسی شفیق ہستی کے

نسکی بھی ضائع نہیں جاتی....

برصغیر شہر پریشن کی سڑکوں پر رات گزارنے والے ایک بے گھر شخص کی دیرپائی نے ایک طالبہ کو اس قدر متاثر کیا کہ اس کے احسان کا بدلہ ادا کرنے کے لیے طالبہ نے لاکھوں روپے کا فنڈ جمع کر لیا۔ یونیورسٹی آف لکاشائر کی طالبہ بائیس سالہ ڈوینک بیرسن کہتی ہیں کہ ایک رات تاخیر سے گھر واپس آتے ہوئے انہیں احساس ہوا کہ وہ اپنی رقم کھو چکی ہیں۔ جب وہ پریشان حالت میں سڑک کنارے کھڑی تھیں تو رابی نامی مظلومہ الحال شخص ان کے پاس آیا اور جب اسے معلوم ہوا کہ وہ رقم کھو جانے کی وجہ سے پریشان ہیں تو اس شخص نے اپنے پاس موجود کل رقم تین پاؤنڈ ۷۰ کے لیے پیش کر دیے۔ بیرسن کہتی ہیں کہ رابی نے اپنی کل رقم پیش کرتے ہوئے بحفاظت گھر پہنچنے کی تاکید کی تو ان کا دل بھر آیا کہ یہ شخص خود سڑک پر خالی ہاتھ رات گزارے گا لیکن اس کا دل کتنا مہربان ہے۔ انہوں نے گھر واپس آتے ہی فیس بک پر یہ واقعہ اپنے سب دوستوں کو بتایا اور سب سے پہلی کی کہ وہ صرف تین پاؤنڈ کا عطیہ فراہم کریں تاکہ وہ نیا گھر خریدنے میں رابی کی مدد کر سکیں۔ بیرسن نے محض دو ہفتے میں 13,000 پاؤنڈ جمع کر لیے ہیں اور اب وہ رابی کے گھر کے لیے پہلی قسط جمع کروانے کے لیے تیار ہیں۔ اس دل گداز واقع سے لوگ اس قدر متاثر ہوئے ہیں کہ بیرسن کے دوستوں کے علاوہ بے شمار دیگر لوگ بھی عطیات بھیج رہے ہیں۔

پاکستان سوسائٹی

Copied from Web



یہاں سے خوش قسمتی دستیاب ہے۔۔۔!



جاپان میں ہاتھوں
کی لکیریں بدلنے
کا کام تسلی بخش
کیا جاتا ہے۔



دست شناسی یوں تو ساری دنیا میں مقبول ہے،
لیکن جاپانی اس فن پر بہت زیادہ یقین رکھتے ہیں۔
جاپان میں لوگ مشینی زندگی گزارتے ہیں اور بڑی
مشکل سے دوسروں کے لیے وقت نکال پاتے ہیں۔
اس مشینی زندگی نے انسان کو انسان سے دور کر دیا
ہے۔ کل کی فکر نے لوگوں کو ذہنی طور پر کمزور بنا دیا
ہے، جاپان میں خود کشی کی شرح دنیا کے دیگر ممالک
سے زیادہ ہے۔ پھلتا پھولتا کاروبار، پرقشیش زندگی اور
خوبصورت جیون ساتھی ہر کسی کی خواہش ہوتی ہے۔
ان چیزوں کے حصول کے لیے انسان محنت کرتا ہے،
لیکن محنت کے باوجود اگر اس کی آرزوئیں پوری نہ

کوئی دست شناس آپ کے ہاتھ کی لکیریں دیکھ
کر کہے کہ آپ بڑے بد قسمت ہیں تو پریشان ہونے
کی ضرورت نہیں، اب پام سرجری (Palm
Surgery) کی مدد سے سرجن آپ کی قسمت کی
لکیریں آپ کی پسند کے مطابق چھوٹی بڑی یا کم
زیادہ کر سکتا ہے۔

دست شناسی (پامسٹری) ایک قدیم فن ہے۔

اس فن کا ماہر (دست شناس) ہاتھوں کی لکیریں دیکھ کر لوگوں
کے مستقبل کی پیش گوئی کرتا ہے، شادی ہوگی یا
ساری زندگی کنوارا ہی رہنا پڑے گا، کاروبار کیسا چلے
گا، اولاد کتنی ہوگی زندگی آرام و سکون سے کئے گی یا
حادثات و مصائب گھیرے رہیں گے۔



زویا علی خان

جاپانی، پامسٹری (دست شناسی) پر بہت زیادہ
یقین رکھنے والی قوم ہے۔ اپنی قسمت کا حال جاننے
کے لیے وہ کثیر سرمایہ خرچ کرتے ہیں۔ جاپان میں
ستے دست شناس بھی 70 امریکی ڈالر سے کم فیس
نہیں لیتے۔ بہت سے جاپانی اپنے ہاتھ کی لکیروں سے

دست شناسی کی حقیقت سائنس تسلیم نہیں
کرتی، لیکن عوام کی اکثریت ان لکیروں کا فقیر بنے
رہنے میں خوشی محسوس کرتی ہے۔

سے جھوٹے لگتا ہے۔ جب کسی جاپانی کے ہاتھ کی لکیریں خراب قسمت کی گواہی دیتی ہیں تو وہ سخت مایوسی میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ اسی مایوسی نے جاپانیوں کو پام سرجری کی راہ بھائی۔ ہوا یوں کہ ٹوکیو کے ایک پلاسٹک سرجن ڈاکٹر تاکاکی ماتسودا (Takaaki Matsuoka) کے کلینک پر جنوری 2011ء کو ایک خاتون آئی اور ان سے ایک اچھوتی فرمائش کرتے ہوئے کہا کہ وہ اپنی قسمت بدلنے کے لیے ہاتھ کی لکیریں بدلوانا چاہتی ہیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کو پہلے تو یقین نہیں آیا کہ وہ یہ کام کر پائیں گے۔ انہوں نے طبی جریدے کھنگالے تو ان پر انکشاف ہوا کہ ایسی ہی چند سرجریز کوریا میں ہو چکی ہیں۔ انہوں نے اس کے طریقہ کار کو غور سے پڑھا اور پھر خاتون کی پسند کے مطابق اس کے ہاتھ کی لکیریں بدل دیں۔ ڈاکٹر تاکاکی کا کہنا ہے کہ یہ لکیریں صرف برقی بلیڈ کی مدد سے ہی بنائی جاسکتی ہیں۔ اگرچہ لیزر اور عام بلیڈ بھی اس کام میں استعمال کیے جاسکتے ہیں، لیکن ان سے بنائی گئی لکیریں واضح نہیں ہوتیں اور نہ ہی قدرتی دکھائی دیتی ہیں۔

پام سرجری تکلیف دہ عمل نہیں ہے۔ پندرہ منٹ میں اپنی پسند کی پانچ سے دس لکیریں بہ آسانی بنوائی جاسکتی ہیں۔ پام سرجری کرنے والے سرجنوں کو دست شناسی کے علم سے بھی واقفیت ہونی چاہیے، انہیں یہ پتا ہونا چاہیے کہ قسمت کی لکیروں میں شامی، کاروبار، یا خوش بختی کی لکیریں کون کون سی ہیں۔

ڈاکٹر تاکاکی ماتسودا کا ایک ماہر پلاسٹک سرجن ہیں جو نہ صرف لوگوں کے ہاتھ کی لکیریں بدلنے کا ہنر جانتے ہیں بلکہ دست شناسی سے بھی تھوڑا بہت شغف



خوش نہیں۔ وہ سمجھتے ہیں کہ ان لکیروں کی وجہ سے ان کی قسمت ان کا ساتھ نہیں دے رہی اور کامیابی انہیں چھو کر گزر جاتی ہے۔

جاپانی پام سرجری کی مدد سے اپنی قسمت ”اپنے ہاتھ“ سے بدلنا چاہتے ہیں۔ وہ آپریشن کے ذریعے اپنے ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے، انہیں مٹانے یا نئی لکیریں بنوانے کے خطہ میں مبتلا ہو رہے ہیں۔ بے شمار جاپانی سمجھتے ہیں کہ اس طرح ان کا مستقبل روشن ہو جائے گا۔ پام سرجری دراصل 15 منٹ کا ایک چھوٹا سا آپریشن ہوتا ہے، جس میں سرجن ہاتھ کی لکیروں کو چھوٹا بڑا کرنے یا نئی لکیریں بنانے کے لیے ایک برقی بلیڈ (Electric Scalpel) استعمال کرتا ہے۔ اس بلیڈ سے جلد کی مطلوبہ جگہ جلائی جاتی ہے۔ جھنے کے نشانات ایک ماہ تک رہتے پھر ان کی جگہ لکیریں بن جاتی ہیں، جو مٹائی نہیں جاسکتیں۔ اس آپریشن کی فیس عموماً ایک ہزار امریکی ڈالر ہے۔

زیادہ تر جاپانیوں کا خیال ہے کہ ان کی زندگی میں خوش قسمتی اور بد بختی کا انحصار ہاتھ کی لکیروں پر ہے۔ جب کوئی جاپانی اپنی قسمت کا حال جاننے کے لیے کسی دست شناس کے پاس جاتا ہے اور وہ ہاتھ دیکھ کر اسے اچھی قسمت کی خوش خبری دیتا ہے تو وہ خوشی

دست شناسی کا حقیقت



رکھتے ہیں، اسی لیے وہ اپنے کلائسٹس میں بہت مقبول ہیں۔ پام سرجری کے شائقین اپنے ہاتھوں پر زیادہ تر خوش قسمتی، دولت اور شادی کی لکیریں بنوانا پسند کرتے ہیں۔ بہت سے لوگوں کا یہ بھی خیال ہے کہ اس سرجری سے بٹائی جانے والی لکیریں چونکہ قدرتی نہیں ہوتیں اس لیے اس سے انسان کی قسمت نہیں بدلتی اور نہ ہی مستقبل پر کوئی فرق نہیں پڑتا۔ زیادہ تر جاپانی خواتین اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانا

پسند کرتی ہیں۔ جب کسی لڑکی کو دست شاس یہ بتاتا ہے کہ اس کے ہاتھ پر شادی کی لکیر نہیں ہے تو وہ بہت پریشان ہو جاتی ہے۔ اسے اپنے مسئلے کا حل پام سرجری میں نظر آتا ہے۔ یہ خواتین اس وہم میں مبتلا رہتی ہیں کہ ہاتھ پر شادی کی لکیر نہ ہونے کی وجہ سے وہ عمر بھر کنواری بیٹھی رہیں گی۔ پام سرجری کروانے والی زیادہ تر خواتین اپنے ہاتھ میں شادی کی لکیر بنوانا پسند کرتی ہیں، جبکہ مرد حضرات دولت میں اضافہ اور کوروبار میں ترقی کی لکیر بنوانے میں زیادہ دلچسپی رکھتے ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی نے پچھلے برس تیس ایسی خواتین کے آپریشن کیے، جو اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانے ان کے پاس آئی تھیں۔ وہ کہتے ہیں کہ بعض خواتین کے ہاتھ میں شادی کی ایک لکیر ہوتی ہے اور ان کی پہلی شادی ناکام ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے وہ شادی کی دوسری لکیر بنواتی ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی خود بھی اس پر یقین نہیں رکھتے کہ ان کے لکیر بنانے سے لوگوں کی قسمتیں بدل جاتی

ہیں، لیکن چونکہ سرجری ان کا پیشہ ہے، اس لیے وہ ان باتوں سے قطع نظر صرف اپنے ”مریض“ کی پسند کے مطابق ان کی سرجری کر دیتے ہیں۔ ڈاکٹر تاکا کی کہتے ہیں کہ انسان کو ہمیشہ مثبت انداز میں سوچنا چاہیے۔ پام پلاسٹک سرجری کے بارے میں ان کا کہنا ہے کہ یہ ایک طرح کا ”پلاسیبو افیکٹ“ ہے یعنی دوا کے طور پر دیا جانے والا ایک بے ضرر مواد، جسے کھانے سے مریض کو اطمینان ہوتا ہے کہ وہ ٹھیک ہو جائے گا۔ ان کا کہنا ہے کہ جب انسان سوچتا ہے کہ وہ خوش قسمت ہے تو بعض اوقات واقعی اس کی قسمت چمک جاتی ہے۔ وہ یہ بھی کہتے ہیں کہ بالضرر اگر لکیریں بدلنے سے آپ کی قسمت نہیں بدلتی تو اگر آپ قسمت بدلنے کا ارادہ کر لیں اور اس کے لیے تھوڑی تکلیف اٹھائیں تو یقیناً آپ اپنی زندگی بدل سکتے ہیں۔ دست شاسوں (Palm Readers) کا ماننا ہے کہ پام سرجری متعارف ہونے سے پہلے خرابی قسمت کے مارے اپنے ہاتھ پر قلم سے خود ہی خوش قسمتی کی لکیریں بنا کر اس خوش فہمی میں مبتلا ہوتے تھے کہ

ڈاکٹر تاکا کی نے پچھلے برس تیس ایسی خواتین کے آپریشن کیے، جو اپنے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنوانے ان کے پاس آئی تھیں۔ وہ کہتے ہیں کہ بعض خواتین کے ہاتھ میں شادی کی ایک لکیر ہوتی ہے اور ان کی پہلی شادی ناکام ہو چکی ہوتی ہے، اس لیے وہ شادی کی دوسری لکیر بنواتی ہیں۔

ڈاکٹر تاکا کی خود بھی اس پر یقین نہیں رکھتے کہ ان کے لکیر بنانے سے لوگوں کی قسمتیں بدل جاتی

مارچ 2015ء

اب ان کی قسمت سنور جائے گی، لیکن ایسا ہوتا نہیں تھا۔

زیادہ تر جاپانیوں کا پام سرجری پر راسخ عقیدہ بن چکا ہے۔ جن لوگوں نے پام سرجری کروائی ہے ان کا کہنا ہے کہ اس سے ان کی زندگی میں بڑا بدلاؤ آیا ہے۔ ڈاکٹر تاکا کی کہتے ہیں، ”میں نے ایک خاتون کے ہاتھ پر شادی کی لکیر بنائی تو کچھ عرصے بعد اس کی شادی ہو گئی۔ وہ افراد نے اپنے ہاتھوں پر قسمت کی لکیروں کو لمبا کروایا تو ان کی انعامی لائیریاں نکل آئیں اور وہ امیر ہو گئے۔“ یہ دعوے اگر کوئی سو سالہ سنیاسی باوا کرتا تو شاید ہم اسے ٹھگ سمجھ کر مسترد کر دیجے، لیکن یہ واقعات نوکیو کا ایک ماہر سرجن بیان کر رہا ہے، جسے خود بھی اس علم پر یقین نہیں ہے۔ اس لیے ان واقعات کو محض اتفاق کا نام دیا جاسکتا ہے، جیسا کہ لندن کے ایکسکلو سیو کا سیمینٹک سرجری سینٹر کے سربراہ ڈاکٹر یانیس الیگزینڈر ڈیس (Yannis Alexandrides) کہتے ہیں، ”ہو سکتا ہے کہ پام سرجری کروانے والے چند افراد کی قسمت اتفاق سے بدل گئی ہو لیکن یہ چیزیں اس غیر سرجیکل مداخلت کو حق بہ جانب قرار دینے کے لیے ناکافی ہے۔“

پام سرجری سے چند پیچیدہ بیماریوں میں مبتلا ہونے کا بھی قوی امکان ہے، جن میں انفیکشن اور تکلیف دہ نیروائس بیماریاں شامل ہیں۔

سائنس، پام سرجری کو نہیں مانتی، لیکن یہ بھی حقیقت ہے کہ جاپان میں اس کی مقبولیت میں رفتہ رفتہ اضافہ ہو رہا ہے اور بہت سے کلینک اور اسپتال ”یہاں خوش قسمتی دستیاب ہے“ کا اشتہار بنے ہوئے ہیں۔ ان مراکز پر پام سرجری کی مدد سے

ہاتھوں کی لکیریں بدلنے کا ”تسلی بخش“ کام کیا جاتا ہے۔ نوکیو کے ایک کلینک کی انتظامیہ کا کہنا ہے کہ انہوں نے پام سرجری کے لیے اشتہارات دینا بند کر دیے ہیں، کیونکہ اس کی مانگ میں بہت زیادہ اضافہ ہو گیا ہے اور اب اشتہارات دینے کی ضرورت نہیں رہی۔

پام سرجری کو متعارف ہوئے زیادہ عرصہ نہیں گزرا، اس کی ابتدا اگرچہ کوریاسے ہوئی لیکن مقبولیت اسے جاپان میں ملی۔ 2011ء میں نوکیو کے صرف ایک کلینک میں پچاس کے قریب پام پلاسٹک سرجریاں ہوئیں۔

بعض مریض پہلے سے اپنے ہاتھ پر قلم سے لکیریں بنا کر کلینک آتے ہیں اور سرجن سے فرمائش کرتے ہیں کہ انہیں ان کی لکیروں کی پام سرجری کروائی ہے۔

جب تک خلوص، ایمانداری اور سادہ طرز زندگی کے بجائے طاقت اور دولت اعلیٰ معیار بنے رہیں گے، انسان کچی خوشی کی تلاش میں یوں ہی سراپوں کے پیچھے بھاگتا رہے گا اور اپنے لیے ہر وہ کمزور سہارے تلاش کرے گا، جو اسے پہلے سے زیادہ کمزور، وہمی بناتا رہے گا۔

قسمت کا لکھا اگر اٹل ہے تو وہ نوح محفوظ میں لکھا ہے، جہاں انسان کی رسائی نہیں ہے۔ باقی رہے نجومی اور دست شناس تو یہ محض اپنی انگلی کے ٹھوڑے دوڑاتے ہیں، جن کی بعض باتیں کبھی کبھار صحیح بھی ہو جایا کرتی ہیں۔

پام سرجری کے بارے میں بھی اتنا کہنا کافی ہو گا کہ ”دل کے بہلانے کو غالب یہ خیال اچھا ہے۔“



پاکستان سوسائٹی

بیسویں صدی میں امت اسلام کے علمی اہل کلمہ کی زندگی کا ایک نیا دور انیسویں صدی کے آخر میں جرمن لو مسلم صحافی محمد اسد (Leopold Weiss) کو ایک منفرد مقام حاصل ہوا۔ محمد اسد کا تعلق یهودی خاندان سے تھا اور وہ جرمنی اور یورپ کے موقر ترین روزنامے میں صحافت کی خدمات انجام دیتے تھے۔ ایک صحافی کی حیثیت سے عرب دنیا سفر کیا، سفر کے دوران ایک عرب ہم سفر کی دعوت پر عرب دنیا میں گزرا، یہ تین سالہ قیام خود پسند اور لہنی ذات کے خول میں گم مغربی دنیا کے اس نوجوان کے لئے بڑا عجیب تجربہ تھا۔ اس نے عرب معاشرے میں باہمی تعلقات، بھائی چارے، محبت اور دیکھ درد میں شرکت کو دیکھا تو حیران رہ گیا اور وہیں سے اس کا دل اسلام کی جانب راغب ہو گیا۔

واپسی پر قرآن مجید کا مطالعہ کیا اور سورہ نکاتھان کے قبول اسلام کا باعث بنی۔ انہوں نے برلن میں اسلام قبول کر لیا اور اپنا نام تبدیل کر کے محمد اسد رکھا۔ اسلامی فکر کی تقسیم اور دعوت میں آپ نے 66 سال صرف کیے۔ یوں تو محمد اسد نے کئی کتب تحریر کیں مگر نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے لہنی وہ کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر پہنچایا۔ ان کی مشہور کتاب دی روڈ ٹو مکہ Road to Makkah علمی، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوغات ہے۔

روڈ ٹو مکہ بنیادی طور پر محمد اسد کی روحانی سرگزشت ہے جو گذشتہ نصف صدی سے ذوق و شوق سے پڑھی جا رہی ہے۔ اس کتاب میں انہوں نے اپنا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب دنیا کی کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع ہوئی اور اب بھی ہورہی ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر مسلمان ہوئے۔ قارئین کرام کے ذوق مطالعہ کے لیے اس اثر آفرین کتاب کا خلاصہ پیش خدمت ہے۔

(گذشتہ سیر پیوستہ)

”اے معلوم نہیں تھا کہ وہ کسے مار رہا ہے، اور کچھ دیر یہ سلسلہ جاری رہا، الزام لگتا اور اس کا اس نے خدا کا نام لیا تھا، اسے واپس لے جاؤ!“

”جو دو افراد مجھے یہاں لائے“

محمد اسد

تھے انہوں نے مجھے بازوؤں میں اٹھایا اور اسی مہیب اندھیرے کے راستے سے واپس لے گئے

دفاع ہوتا رہا، حتیٰ کہ دفاع کرنے والا گروہ زور پکڑ گیا اور پیچھے بیٹھے قاضی نے فیصلہ دیا

اور مجھے زمین پر لٹا دیا۔ میں نے اپنی آنکھیں کھولیں۔
میں نے خود کو اناج کی کچھ پوریوں کے درمیان
میں پایا، ان کے اوپر خیمے کا ایک حصہ پھیلا ہوا تھا تاکہ
مجھے سورج کی روشنی سے بچایا جاسکے۔ یہ دن کے آغاز کا
وقت لگ رہا تھا، اور میرے ساتھیوں نے یقیناً پڑاؤ ڈالا
ہوا تھا۔ کچھ قصبے پر میں اپنے اونٹوں کو چرنا دیکھ سکتا
تھا۔ میں اپنے ہاتھ اٹھانا چاہتا تھا، لیکن میری ٹانگیں
بہت بے جان تھیں۔ جب میرا ایک ساتھی مجھ پر جھکا
تو، میں نے کہا ”کافی“.... کچھ دور میں نے کافی کو ہادوں
میں پیسے جانے کی آواز سنی۔ میرا دوست چھلانگ
لگا کر کھڑا ہو گیا

”یہ بول رہا ہے، یہ بول رہا ہے! اسے ہوش
آگیا ہے....!“

اور انہوں نے مجھے تازہ، گرم کافی دی۔
میں نے پوچھا:

”کیا میں ساری رات بے ہوش رہا ہوں؟“
انہوں نے جواب دیا ”ساری رات؟ پورے چار دن تم
بلے تک نہیں! ہم نے تمہیں ایک پوری کی طرت
اونٹوں پر لادوا، اور رات کو اتار دیا، ہم نے سوچا کہ
تمہیں یہاں دفن کرنا پڑے گا لیکن تعریف اس ذات

دجال

حائل سے روانہ ہونے کے بعد پانچویں رات کو ہم
مدینہ کے میدان میں پہنچے ہیں۔ تاریکی میں کوہ احد
نظر آرہا ہے۔ سائڈیاں تھک چکی ہیں، ہم دن بھر چلتے
رہے ہیں، ہم تینوں خاموش ہیں۔ اب چاند نکل آیا ہے،
چاندنی میں مسجد نبویؐ کے منار، گنبد خضریٰ اور شہر
صاف نظر آرہا ہے۔ ہم باب الشام سے شہر میں داخل
ہوتے ہیں۔ اب میں مدینہ النبی میں ہوں۔ یہی شہر کئی
سال سے میرا گھر چلا آتا ہے، مانوس گلیاں سنسان ہیں
اور پھر میرا مکان آجاتا ہے۔ منصور رخصت ہو جاتا ہے
اور ہم سائڈیوں سے اتر کر ان کو بٹھا رہے ہیں۔

مدینہ میں میرے ایک
پرلے دوست اور بزرگ شیخ
عبد اللہ ابن بلیسید سے ملاقات
ہوئی اور ہم دونوں نے اکٹھے
نماز مغرب ادا کی۔ مغرب
کے بعد بدولوٹ عقیدت سے
شیخ ابن بلیسید کو گھیر کر دورہ
عراق کے بارے میں سوال
کرنے لگتے ہیں کیونکہ عراق



محمد اسد، ریڈیو پاکستان پر تقریر کرتے ہوئے، دوسری جانب بطور چیئر مین
ڈیپارٹمنٹ آف اسلامک ری کنسٹرکشن اپنے فرائض انجام دے رہے ہیں۔

میں

میرا آدھا دماغ زید کی کہانی پر ہنس رہا ہے، تو باقی آدھا دماغ اندھیرے میں کوئی غیر مرئی قوتوں کو محسوس کر رہا ہے، ان کی آواز اتنی مدھم ہے کہ کان سے بمشکل سنائی دیتی ہے، ہوا میں خاصیت کی بو ہے، مجھے کچھ پچھتاوا ہوتا ہے کہ میں نے غروب آفتاب کے وقت سانپ کو مار ڈالا تھا۔

میں شیخ ابن بلیہد کی پہلی مرتبہ فرنگی (یورپی انگریز) لوگوں کو دیکھ چکے ہوتے ہیں۔
”یا شیخ ہمیں بتائیں کہ فرنگی لوگ سر پہ ہمیشہ سینٹ اس طرح کیوں پہنتے ہیں کہ اس سے آنکھیں چھپ جاتی ہیں؟ وہ آسمان کو کیسے دیکھتے ہوں گے؟“

دجال (دھوکے اور جھوٹی نمود و نمائش) کی دنیا بن چکی ہے۔ کیا آپ نے کبھی یہ پیشگوئی سنی کہ آخری زمانے میں دنیا کے زیادہ تر لوگ دجال کی پیروی کریں گے اور اسے خدا سمجھیں گے۔“

”اس لیے کہ وہ آسمان دیکھنا ہی نہیں چاہتے۔ شاید اس طرح انہیں ڈر رہتا ہے کہ آسمان پر نظر پڑنے سے انہیں خدا یاد آسکتا ہے اور وہ جنت کے عام دنوں میں خدا کو یاد ہی نہیں کرنا چاہتے، شیخ نے جواب دیا۔
بدونے مزید پوچھا پھر خدا انہیں کیوں نوازتا ہے اگر وہ خدا کے انکاری ہیں؟“

بدونے میری طرف سوالیہ انداز میں دیکھا۔
میں نے شیخ بلیہد سے اجازت لینے کے انداز سے دیکھا اور دجال کے حلیے کے بارے میں پیشگوئی سنانا شروع کر دی کہ وہ ایک آنکھ سے اندھا ہو گا مگر خدا سے منسوب شدہ پر اسرار طاقتوں کا مالک ہو گا۔ وہ لپٹے کانوں سے زمین کے دور دراز حصوں میں ہونے والی گفتگو سنے گا اور لامحدود فاصلے پر ہونے والے واقعات اپنی ایک آنکھ سے دیکھے گا۔ وہ دلوں میں زمین کے گرد اڑے گا۔ وہ زمین کے نیچے سے سونے اور چاندی کے خزانے اچانک نکال دے گا۔ وہ اپنے حکم سے بارش برسائے گا۔ فصلوں کو آگادے گا۔ لوگوں کو مارے گا اور زندہ کر دے گا۔ وہ تمام لوگ جو ایمان میں کمزور ہوں گے اسے خدا مانیں گے اور ادب سے اسے سجدہ کریں گے۔ مگر وہ تمام لوگ جو ایمان میں مضبوط ہوں گے وہ اس کے ماتھے پر یہ الفاظ لکھے ہوئے دیکھیں گے ”خدا کا مکر“ اور وہ جانتے ہوں گے یہ دجال ایک دھوکہ ہے جو انسان کے ایمان کے لیے بہت بڑا امتحان ہے۔

”یہ بہت آسان بات ہے پڑا وہ لوگ سونے (gold) کی پوجا کرتے ہیں اور ان کا خدا ان کی جیب میں ہے.... یہ میرے دوست فرنگیوں کے بارے میں مجھ سے بہتر جانتے ہیں کیونکہ یہ انہی میں سے آئے ہیں، شیخ نے میری طرف اشارہ کیا۔ اللہ تعالیٰ انہیں اندھیرے سے نکال کر اسلام کی روشنی میں لے آیا ہے....“

”تو یہ سچ ہے کہ آپ بھی فرنگی تھے....؟“ بدونے مجھ سے پوچھا۔

میں نے ہاں میں سر ہلایا۔
”سب تعریفیں اللہ کے لیے ہیں۔ وہ جس کو چاہتا ہے ہدایت دیتا ہے۔ میرے بھائی، مجھے بتائیں کہ یہ فرنگی لوگ خدا کے بارے میں غفلت میں کیوں پڑے ہیں....؟“ بدونے مجھ سے پوچھا۔

”یہ بہت لمبی کہانی ہے جسے چند الفاظ میں بیان نہیں کیا جاسکتا۔“ میں نے جواب دیا۔ ”فی الحال میں آپ کو صرف اتنا بتا سکتا ہوں کہ فرنگیوں کی دنیا اب

یہ سن کر میرا بدوی دوست حیرانگی سے مجھے دیکھ رہا تھا اور بڑبڑا رہا تھا کہ ”میں اللہ کی پناہ مانگتا ہوں....“

لیکن آپ ٹھیک کہہ رہے ہیں۔ بجائے کہ لوگ اس طرح سوچیں کہ سائنسی پیش قدمی اور ترقی خدا کی عطا کردہ ہے، زیادہ سے زیادہ لوگوں نے اپنی بد قوتی (ناکجی یا بے حسی) سے اسے ہی آخری کار ساز یعنی خدا



۱۹۵۷ء میں جوہر آباد پنجاب میں اپنی بیوی پولاحمدیہ کے ہمراہ.... جبکہ دوسری تصویر میں شام کے سفیر ”عمر بہاء الدین الامیری“ کے ہمراہ ساحل کراچی کی سیر کر رہے ہیں۔

بنایا ہے اور بیرونی کے لائق سمجھ لیا ہے۔

”ہاں“ میں نے دل میں سوچا۔ مغربی انسان نے مکمل طور پر اپنے آپ کو دجال کی بیرونی میں دے دیا ہے۔ اس نے بہت عرصہ پہلے اپنی تمام مادی زندگی اور قدرت کے ساتھ اپنے باطنی تعلق کو فراموش کر دیا ہے۔ زندگی اس کے لیے معرہ بن گئی ہے....“



کافی دیر خاموشی رہی۔ تب شیخ دوبارہ بولتے ہیں۔ ”میرے بیٹے! کیا دجال کے مطلب کی تفہیم ہو جانے پر ہی آپ نے اسلام قبول کیا....؟“

”میرے خیال سے یہ بات درست بھی ہے یہ محض آخری مرحلہ تھا“

”آخری مرحلہ.... لیکن پہلی بار کب اور کیسے آپ کو خیال آیا کہ اسلام ہی آپ کی منزل ہے؟....“

”کب....؟ ذرا سوچنے دیں.... میرا خیال ہے کہ افغانستان میں جب اس میزبان نے مجھے بتایا کہ ”آپ مسلمان ہیں، لیکن آپ کو اس کی خبر نہیں ہے۔ آپ دل کی گہرائیوں میں مسلمان ہو چکے ہیں“ یہ میرے اسلام قبول کرنے سے آٹھ مہینے قبل کا واقعہ ہے۔ اس افغان دوست کے الفاظ آنے والے مہینوں

میں شیخ کی طرف مڑا اور بولا ”او شیخ، یہ روایت جدید فکری تہذیب کا مکمل بیان ہے۔ دجال کی ایک آنکھ ہوگی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف ایک رخ دیکھے گا یعنی مادی ترقی۔ دہر و حانی رخ کو نہیں دیکھے گا۔ مشینی ترقی کی وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سننے کے قابل بنادے گا اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے ہوں گے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برساتے گا۔ فصلوں کو اگادے گا اور زمین میں چھپے ہوئے خزانے باہر نکال دے گا۔ اس کی دوایاں موت کے قریب لوگوں کو زندگی دے دیں گی جبکہ اس کی جنگیں اور خوفناک سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی و دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دمک رکھتی ہوگی کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کر لیں گے کہ یہ اپنے آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا سے تعلق قائم ہو گا وہ جان لیں گے، دجال کی بیرونی کا مطلب خدا سے انکار ہے۔“ میری بات سن کر شیخ بلبھد بولے:

”میرے ساتھ ایسا کبھی نہیں ہوا کہ میں دجال کے بارے میں پیشگوئی کو اس روشنی میں دیکھوں۔“

میرے ساتھ

یہ روایت جدید تکنیکی تہذیب کا مکمل بیلہ ہے۔ وہاں
 کی ایک آنکھ ہوگئی۔ اس کا مطلب ہے کہ زندگی کا صرف
 ایک رخ دیکھنے کا یعنی مادی ترقی۔ وہ روحانی رخ کو نہیں
 دیکھے گا۔ مشینی ترقی کی وجہ سے یہ انسان کو اپنی قدرتی
 صلاحیت سے بہت باہر نکل کر دیکھنے اور سننے کے قابل بنادے گا
 اور طویل ترین فاصلے غیر معمولی تیز رفتاری سے طے
 ہوں گے۔ اس کا سائنسی علم بارشوں کو برسا دے گا۔
 فصلوں کو لگا دے گا اور زمین میں چھپے ہوئے خزانے باہر
 نکال دے گا۔ اس کی دوائیاں موت کے قریب لوگوں کو
 زندگی دے دیں گی جبکہ اس کی جنگیں اور خوفناک
 سائنسی فریب زندگی تباہ کر دیں گے۔ اس کی مادی و
 دنیاوی پیش قدمی اتنی طاقتور اور چمک دمک رہتی ہوگی
 کہ کمزور ایمان والے انسان یہ یقین کر لیں گے کہ یہ اپنے
 آپ میں خدائی قوت کا مالک ہے۔ لیکن وہ لوگ جن کا خدا
 سے تعلق قائم ہو گا وہ جان لیں گے، وہاں کی تبدیلی کا
 مطلب خدا سے انکار ہے

میں، ہمیشہ میرے ساتھ رہے۔ اس کے بعد میں
 کابل سے میں غزنی اور قندھار گیا۔ پھر وطن
 جانے کے لیے سفر کا پہلا مرحلہ شروع کر دیا
 اور افغانستان کی سرحد سے سویت روس میں
 داخل ہو گیا۔

سویت روس کے بارے میں میرا پہلا اور
 دیرپا تاثر وہ ہے جو مرد کے ریلوے اسٹیشن پر
 میرے ذہن پر نقش ہوا۔ یہ ایک بہت بڑا
 پوسٹر تھا جس میں مردوروں کے پوینٹ فارم میں
 لمبوس ایک نوجوان ایک سفید ریش اور عبا قبا
 میں لمبوس شخص کو (جسے ابر آلود آسمان سے
 نکلے دکھایا گیا تھا) ٹھوکریں مار رہا تھا۔ اس کے
 نیچے لکھا ہوا تھا۔

یہ اشتہار سویت یونین سوشلسٹ
 جمہوریوں کی بے دین اور ملحد انجمن کی طرف
 سے لگایا گیا تھا۔

دنوں وسطیورپ میں ہر شخص میں دیکھی جاسکتی تھی۔
 اس خوشحالی سے پہلے افراط زر کے چند سال گزرے
 تھے، جنہوں نے اقتصادی زندگی کو بالکل ورہم برہم
 کر دیا تھا اور بد حالی اور بری ہیئت میں رہنا ہی اصول بن
 گیا تھا، لیکن اب لوگوں کی اکثریت اچھا کھاتی اور اچھا
 پہنتی ہے، اس لحاظ سے یہ شخص جو میرے سامنے بیٹھا
 ہوا تھا لوگوں سے کچھ مختلف اور نیا تھا، لیکن جب میں
 نے اس کے چہرہ پر نظر ڈالی تو مجھے ایسا محسوس ہوا کہ
 میں کسی مطمئن اور پر مسرت چہرہ کو نہیں دیکھ رہا ہوں،
 وہ مجھے بے چین اور غیر مطمئن نظر آیا، صرف بے چین
 ہی نہیں، بلکہ بہت زیادہ غمزدہ اور حرماں نصیب بھی،
 اس کی کھوئی ہوئی نظریں خلا کو گھور رہی تھیں اور اس
 کے ہونٹ کے دونوں کنارے کسی تکلیف سے جھپٹے

کئی ہفتے ایشیائی اور یورپی روس کا دورہ کرنے کے
 بعد میں نے پولینڈ کی سرحد کو پار کر لیا اور سیدھا
 فرانکفرٹ پہنچا جہاں مجھے اخبار کے اپنے سیکشن کا چارج
 لینا تھا۔ میں 23 سال کا ہو چکا تھا وہیں میری شادی ایسا
 سے ہوئی پھر ہم برلن منتقل ہو گئے۔

یہ واقعہ ستمبر 1926 کا ہے، ایک مرتبہ اپنی بیوی
 کے ساتھ میں زمین دوز ٹرین پر سوار تھا کہ اچانک
 میری نظر ایک آدمی پر پڑی جو میرے سامنے دانی
 سیٹ پر بیٹھا ہوا تھا، وہ کوئی دو لہند اور خوشحالی تاجر
 معلوم ہوتا تھا، ایک چھوٹا سا خوبصورت بچہ اس کی گود
 میں رکھا تھا اور میرے کی ایک بڑی سی آنکھیں اس کی
 انگلی میں نظر آ رہی تھیں، دفعہ مجھے یہ خیال آیا کہ یہ
 دراصل اس خوشحالی اور قدرغالبی کا عکس ہے جو ان

کر کے کہنے لگی۔
آپ بالکل صحیح کہتے ہیں،
ایسا معلوم ہوتا ہے جیسے وہ
سب جہنم کی تکلیفیں برداشت
کر رہے ہوں۔ میں یہ سوچتی
ہوں کہ ان پر جو گزری ہے
ان کو اس کی خبر بھی
ہے یا نہیں....!



1948ء لاہور میں پاکستان کے "اسلامی نشاۃ ثانیہ" ڈپارٹمنٹ کے اولین اراکین،
جس کے ڈائریکٹر "محمد اسد" درمیان میں بیٹھے ہیں۔

میں جانتا تھا کہ ان کو اس
کی خبر نہیں ہے۔ اگر خبر ہوتی تو وہ اس طرح اپنی زندگی
اور طاقت و صلاحیت کو ضائع نہ کرتے۔ ان حقائق پر
ایمان کے بغیر جو زندگی کے منتشر اجزاء میں ربط پیدا
کرتے ہیں، معیار زندگی بلند کرنے اور زیادہ سے زیادہ
مادی اسباب و وسائل فراہم کرنے اور زیادہ سے زیادہ
طاقت حاصل کرنے کے علاوہ کسی اور
مقصد کے بغیر....!

جب میں گھر واپس آیا تو اتفاقاً میری نظر میز پر
پڑی، اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے
مطالعہ میں رہتا تھا، میں اسے بند کر کے کسی دوسری جگہ
رکھنا ہی چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ
کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:
اَلْهٰنٰکُمْ التَّکَاثُرُ ۝ حَتّٰی زُرْتُمُ الْمَقَابِرَ ۝ کَلَّا سَوْفَ
تَعْلَمُوْنَ ۝ ثُمَّ کَلَّا سَوْفَ تَعْلَمُوْنَ ۝ کَلَّا لَوْ
تَعْلَمُوْنَ عَلٰمَ الْبَاقِیْنَ ۝ لَنُرْوِیَنَّ اَلْخٰجِیْمَ ۝ ثُمَّ لَنُرْوِیَنَّ
عَنِ الْبَاقِیْنَ ۝ ثُمَّ لَنَسْآَلَنَّ یَوْمَ نَبِیِّذُ عَنِ النَّجِیْمِ ۝
ترجمہ: (لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب
نے غافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان جا پہنچے۔ دیکھو
تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں
عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو! اگر تم جانتے

ہوئے تھے، ایک غیر جسمانی تکلیف!.... میں نے اپنا
منہ اس کی طرف سے پھیر لیا، اس کے پہلو میں ایک
مہذب خاتون بھی بیٹھی ہوئی تھیں، ان کے چہرہ پر بھی
بے چینی اور بے اطمینانی کے آثار تھے جیسے وہ کسی ایسی
چیز کے متعلق سوچ رہی ہوں جس کے سوچنے سے
انہیں تکلیف ہو رہی ہو، ایک پھلکی مسکراہٹ ان کے
ہونٹوں پر پھیلی ہوئی تھی جس کے متعلق میرا خیال یہ
ہے کہ اس کا تعلق عادت سے تھا، پھر میں نے
کمپارٹمنٹ میں اور لوگوں کی طرف نظر دوڑائی اور ان
سب کے چہروں کو نگاہوں سے ٹٹولنے لگا جو بلا استثناء
خوش حال نظر آ رہے تھے اور خوش پوشاک تھے، ہر
چہرہ پر میں نے ایک پوشیدہ الم کی جھلک دیکھی، اتنی
پوشیدہ کہ خود ان سب کو بھی اس کا احساس نہ ہو گا۔

یہ ایک عجیب بات تھی، ایک جگہ پر اتنے بہت
سے غمزہ چہروں کو دیکھنے کا اتفاق مجھے اس سے پہلے
کبھی نہیں ہوا تھا، یا یوں کہیے کہ اس سے پہلے میں نے
اس کی کوشش نہیں کی تھی، اس بات نے مجھ پر اتنا اثر
کیا کہ میں نے اس کا ذکر اپنی بیوی سے کیا۔ وہ بھی ایک
ماہر فنکار اور آرٹسٹ کی طرح تمام لوگوں کے چہروں کو
دیکھنے لگی، پھر حیرت کے ساتھ میری طرف رٹ

قرآنی آیات

جب میں گمراہیں آیا تو اٹھا میری نظر میز پر پڑی، اس پر قرآن کا ایک نسخہ رکھا ہوا تھا، جو میرے مطالعہ میں رہتا تھا، میں انکو بند کر کے کسی دوسری جگہ رکھنا پسند چاہتا تھا کہ غیر شعوری طور پر اچانک میری نگاہ کھلے ہوئے صفحہ پر پڑ گئی، اس میں یہ آیت لکھی تھی:

(لوگو!) تم کو (مال کی) بہت سی طلب نے غافل کر دیا، یہاں تک کہ تم قبرستان چاہیں۔ دیکھو تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا، پھر دیکھو تمہیں عنقریب معلوم ہو جائے گا۔ دیکھو اگر تم جانتے (یعنی یقین رکھتے تو غفلت نہ کرتے)۔ تم ضرور دوزخ کو دیکھو گے۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو گے (کہ) عین یقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز تم سے (شکر) نعمت کے بارے میں پرسش ہوگی۔ (سورہ کلثث)

میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا خیال ہے کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں تھی، پھر میں نے اپنی بیوی سے کہا، دیکھو، سنو کیا یہ اس کا جواب نہیں ہے جو رات کو ہم نے ریل پر دیکھا تھا؟

(یعنی) یقین (رکھتے تو غفلت نہ کرتے)۔ تم ضرور دوزخ کو دیکھو گے۔ پھر اس کو (ایسا) دیکھو گے (کہ) عین یقین (آجائے گا)۔ پھر اس روز تم سے (شکر) نعمت کے بارے میں پرسش ہوگی۔ (سورہ کلثث)

میں ایک لمحہ کے لیے گم سم سا ہو گیا، میرا خیال ہے کہ کتاب میرے ہاتھ میں جنبش میں تھی، پھر میں نے اپنی بیوی سے کہا، دیکھو، سنو کیا یہ اس کا جواب نہیں ہے جو رات کو ہم نے ریل پر دیکھا تھا؟

ہاں وہ ایسا قطعی جواب تھا کہ سارے شکوک و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے یقینی طور پر سمجھ لیا کہ یہ کتاب جو اس وقت میرے ہاتھ میں ہے، خدا ہی کی نازل کی ہوئی ہے۔ وہ اگرچہ آج سے تیرہ سو برس پہلے ایک انسان کو عطا کی گئی تھی لیکن اس میں بہت وضاحت کے ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے اس پیچیدہ اور مشینی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی اور دور میں سامنے نہ آئی تھی۔

لکڑی یعنی مالی و دولت کی حرص و ہوس اور مسابقت تاریخ کے ہر دور میں پائی جاتی رہی، لیکن اتنی بھی نہیں کہ وہ محض اشیاء کو جمع کرنے کا شوق بن جائے یا ایک ایسا کھلونا اور بہلاوا بن جائے جو کسی اور حقیقت کی طرف دیکھنے ہی نہ دیتا ہو۔ دولت اور اقتدار کا حصول، عمل ایجاد و اختراع کا سلسلہ جس کا کوئی حلقہ نہیں۔ کل سے آن اور آج سے زیادہ کل۔ یہ ایک بھوت ہے جو لوگوں کے سروں پر سوار ان کو چکیلے مقاصد کی طرف کوزے مار مار کر بھٹکا رہا ہے۔ یہ مقاصد دور سے بہت شاندار معصوم ہوتے ہیں لیکن ہاتھ میں

آنے کے بعد حساب کی مانند غائب ہو جاتے ہیں، یہاں تک کہ وہ وقت آجاتا ہے جس کے متعلق قرآن کریم کہتا ہے: کَلَّا لَوْ تَعْلَمُونَ عِلْمَ الْيَقِينِ لَتَرَوُنَّ الْجَحِيمَ اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی حکمت و دانائی کا نتیجہ نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرہ العرب میں تاریخ کے کسی دور میں تھا۔ اس لیے کہ وہ انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور داناسی، مگر پھر بھی اس عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتے تھے جو بیسویں صدی کی خصوصیت ہے، مجھے قرآن کے اندر ادنیٰ اور گہری آواز سنائی دے رہی تھی۔

بازار میں جاتے ہوئے ایک پرانے شناسا اتریشی

ہاتھ پر رکھ دیا اور دو گواہوں کی موجودگی میں
میں نے کہا۔

اشھد ان لا الہ الا اللہ

واشھد ان محمد الرسول اللہ

میرے دوست نے کہا ”آپ کا نام لیو پولڈ ہے۔ لیو
کے معنی یونانی زبان میں شیر کے ہوتے ہیں، اس لیے
ہم آج سے آپ کو محمد اسد کہیں گے۔“

چند دن بعد میری بیوی نے بھی اسلام قبول کر لیا اب
ہمارے لیے یورپ میں رہنا بہت مشکل تھا چنانچہ میں نے
اور میری بیوی نے ہمیشہ کے لیے یورپ کو خیر باد کہہ دیا۔



یہ تھی لیو پولڈ کی محمد اسد بننے کی داستان، ٹرین کے
سفر کے دوران پیش آنے والے ایک معمولی سے واقعے
نے انہیں اسلام کے متعلق سوچنے پر مجبور کر دیا۔ یہ
واقعہ 1922ء میں پیش آیا تھا جب ان کی عمر محض
22 سال تھی۔ 1926ء میں 26 سال کی عمر میں انھوں
نے اسلام قبول کر لیا۔ ٹرین کے اس سفر میں شریک
عرب مسافر کو، جو محمد اسد کے قبول اسلام میں ایک اہم
ذریعہ بنا، شاید کبھی علم بھی نہ ہوا ہو کہ اس کے اخلاق
اور اخلاص کے نتیجے میں اسلام و
مسلمانوں کی خدمت کا کتنا
بڑا کام ہوا ہے۔

لیو پولڈ نے جب اسلام کا مطالعہ
شروع کیا تو محض 4 سال بعد اس
غیر مسلم نوجوان نے اسلام قبول
کر لیا۔ آج کی دنیا اس نوجوان مسافر کو
نامور مصنف اور ممتاز عالم ”علامہ محمد
اسد“ کے نام سے جانتی ہے۔

ان کے ساتھ اہلیہ ایلسا نے بھی

ترجمانِ کلمت

سے ملاقات ہوتی ہے۔ بڑی گرجوٹی سے پٹ جاتا
ہے۔ ”تم کب آئے ہو، اور کہاں سے آرہے ہو....؟“

”میں حائل اور نفود سے آرہا ہوں۔“

”کیا اب گھر پر کچھ عرصہ نہیں رہو گے....؟“

”نہیں، میں پرسوں مکہ جا رہا ہوں۔“

”مکہ....؟ حج کا زمانہ تو گزر چکا ہے۔“

”حج تو میں پانچ مرتبہ کر چکا ہوں، میں آخری
مرتبہ مکہ کو دیکھنا چاہتا ہوں۔ میرا دل کہتا ہے، میں اب
عرب میں نہیں رہوں گا۔“ پھر میں ہنس پڑتا
ہوں۔ ”سچ پوچھو، تو میں خود بھی نہیں جانتا کہ میں مکہ
کیوں جا رہا ہوں۔“

منزلِ آگئی

ہم رات کو مدینہ النبی سے نکلتے ہیں اور مکہ کی
طرف روانہ ہو جاتے ہیں.... دن پر دن گزرتے چلے
جاتے ہیں۔ سائڈ نیوں کا ایک ایک قدم ہمیں اپنی منزل
سے قریب لارہا ہے۔ آخر مکہ کے پہاڑ نظر آنے لگتے
ہیں۔ میں اپنے ماضی میں کھو جاتا ہوں۔ اسلام کی
حقانیت کی تلاش میں جو روحانی سفر میں نے شروع کیا
تھا، کامیابی کے ساتھ ختم ہو رہا تھا۔ مجھے یقین ہو گیا تھا کہ

قرآن کریم اللہ کی کتاب ہے اور اسلام
ہی وہ دین ہے جس کے سایے میں دیکھی
انسانیت کو اپنے زخموں کا مداوا مل سکتا
ہے، چنانچہ میں برلن میں اپنے ایک
مسلمان دوست کے پاس گیا جو اس
زمانے میں برلن کے مسلمانوں کی
انجمن کے صدر تھے میں نے ان کے
سامنے اسلام قبول کرنے کی خواہش
ظاہر کی۔ انہوں نے اپنا داہنا ہاتھ طرف
بڑھایا۔ میں نے اپنا داہنا ہاتھ ان کے



محمد اسد کی یاد میں پاکستان
پوسٹ آفس سے جاری کردہ
یادگاری ڈاک ٹکٹ

سارے شکوک و شبہات ایک دم سے ختم ہو گئے۔ اب میں نے
یعنی طور پر سمجھ لیا کہ یہ بہتاب جو اس وقت میرے ہاتھ میں ہے،
خدا تعالیٰ کے نازل کئے ہوئے ہے، وہ اگرچہ آج سے تیرہ سو برس
پہلے ایک انسان کو عطا کئے گئے تھے لیکن اس میں بہت وضاحت
کے ساتھ ایک ایسی چیز کی پیشین گوئی تھی جو ہمارے اس عجیبہ
اور مشہی دور سے زیادہ واضح طور پر کسی اور دور میں سامنے نہ آئی
تھی۔ اب مجھے یقین ہو گیا کہ قرآن کسی انسان کی حکمت و
دانائی کا نتیجہ نہیں ہے جو ایک دور دراز جزیرۃ العرب میں تاریخ
کے کسی دور میں تھا، اس لیے کہ یہ انسان لاکھ سمجھدار، حکیم اور
دانا سمجھا، مگر پھر بھی اس عذاب کی پیشین گوئی نہیں کر سکتا
تھا جو بیسیویں صدی کی خصوصیت ہے، مجھے قرآن کے اندر
محمد ﷺ سے زیادہ اونچی اور گہری آواز سنائی دے رہی تھی۔

اسلام قبول کر لیا۔ محمد اسد نے اخبار کی
نوکری چھوڑ کر حج بیت اللہ کا قصد کیا۔ مدینہ و
مدینہ میں محمد اسد نے عربی، قرآن، حدیث
اور اسلامی تاریخ کی تعلیم حاصل کی۔

تقریباً 6 برس تک مدینہ منورہ اور
سعودی عرب کے دیگر شہروں میں قیام کیا
جہاں انہیں سلطان سعود کا تقرب حاصل
ہوا۔ پھر وہ برصغیر آ گئے جہاں ان کا قیام
امر تسرہ لاہور، سری نگر دہلی اور حیدر آباد
دکن میں رہا۔ انہیں علامہ اقبال کی صحبتوں
سے استفادے کا موقع ملا۔ علامہ اقبال سے
انہوں نے مجوزہ مملکت پاکستان کے قوانین

کس جو پاکستان کے آئین اور اسلام کے معاشی
اور سیاسی نظام سے متعلق تھے۔

جنوری 1948ء میں لیاقت علی خان نے انہیں
وزارت خارجہ میں مشرق وسطیٰ کے امور کا
انچارج مقرر کر دیا۔

سب سے پہلا پاکستانی پاسپورٹ جس پر "پاکستانی
شہری" لکھا گیا، علامہ اسد کو جاری کیا گیا تھا۔

1950ء میں پطرس بخاری اقوام متحدہ میں سفیر
مقرر ہوئے تو محمد اسد ان کے نائب کے طور پر تعینات
کئے گئے۔ نیویارک میں قیام کے دوران انہوں نے اپنی
دو کتاب تصنیف کی جس نے انہیں شہرت کے آسمان پر
پہنچایا۔ "دی روڈ ٹو سنہ" (شاہراہِ مکہ) میں انہوں نے
اپنا جسمانی اور روحانی سفر تفصیل سے بیان کیا۔ یہ کتاب
دنیا کے کئی بڑی زبانوں میں ترجمہ ہوئی ہے، بار بار شائع
ہوئی اور اب بھی ہورہی ہے کتنے ہی لوگ اسے پڑھ کر
مسلمان ہوئے اور ہو رہے ہیں۔

محمد اسد کوئی سرگرم کارکن نہ تھے لیکن فکری

کے متعلق طویل نشستیں کیں۔ اقبال کے زیر اثری
انہوں نے اپنی مشہور کتاب "اسلام و ور ہے پر" لکھی
پھر عرفات کے نام سے انگریزی رسالہ نکالا جس کے
دس پرچے شائع ہوئے۔

انہوں نے صحیح بخاری کا انگریزی ترجمہ شروع
کیا۔ پانچ حصے شائع ہو چکے تھے کہ جرمن شہری ہونے
کی وجہ سے دوسری جنگ عظیم کے آغاز میں انہیں
گر قتل کر لیا گیا۔ جنگ ختم ہوئی تو رہائی ملی۔ بعد ازاں
انہوں نے کچھ وقت سید ابوالاعلیٰ مودودی کے
دارالاسلام میں گزارا۔ پاکستان بنا تو 1947ء میں انہیں
پاکستانی شہریت دی گئی۔ انہوں نے پاکستان کے پسند
آئین کی تشکیل میں خاص معاونت کی تھی۔

حکومت پاکستان نے انہیں آئین اور قانون کی
تدوین کے لیے قائم ہونے والے ڈپارٹمنٹ آف
اسلامک ری کنسٹرکشن میں ڈائریکٹر کا عہدہ دیا۔

ستمبر 1947ء میں انہوں نے ریڈیو پاکستان سے
Calling All Muslim کے نام سے تقاریر

اعتبار سے ان کا کارنامہ بڑا واضح ہے اور اس میں چار چیزیں نمایاں ہیں۔

پہلی چیز مغربی تہذیب اور یہودی عیسائی روایت کے بارے میں ان کا واضح اور جہنی برحق تبصرہ و تجزیہ ہے۔ انہوں نے مغرب کی قابل قدر چیزوں کے کھلے دل سے اعتراف کے ساتھ مغربی اور عیسائی تہذیبی روایت کی جو بنیادی غامی اور کمزوری ہے اس کا نہایت واضح ادراک اور دو ٹوک اظہار کیا۔

وہ کسی تہذیبی تصادم کے قائل نہ تھے مگر تہذیبوں کے اساسی فرق کے بارے میں انہوں نے کبھی سمجھوتہ نہیں کیا۔ وہ اسلام کے ایک مکمل دین ہونے اور اس دین کی بنیاد پر اس کی تہذیب کے منفرد اظہار کو یقینی بنانے اور دور حاضر میں اسلام کی بنیاد پر صرف انفرادی کردار ہی نہیں بلکہ وہ اجتماعی نظام کی تشکیل نو کے دائمی تھے۔ علامہ اسد اپنے اس موقف کو دلیل اور یقین کے ساتھ پیش کرتے تھے۔

اسلام کا جامع تصور ان کے فکر اور کارنامے کا دوسرا نمایاں پہلو تھا۔

ان کا تیسرا کارنامہ یہ ہے کہ انہوں نے امت مسلمہ کے زوال کے اسباب کا گہری نظر سے مطالعہ کیا۔ اس سلسلے میں بنیادی کمزوریوں کی نشاندہی کی۔ ان میں تصور دین کے غبار آلود ہو جانے کے ساتھ سیرت و کردار کے فقدان، دین و دنیا کی عملی تقسیم، اجتہاد سے غفلت اور رسوم رواج کی ٹھکوری اور سب سے بڑا کر قرآن و سنت سے بلا واسطہ تعلق اور استفادے کی جگہ مٹانوی مآخذ پر ضرورت سے زیادہ انحصار بلکہ ان کا اندھی تقلید بھی شامل ہے۔

فقہی مسائل سے وابستگی کے بارے میں ان کی پوزیشن ظاہری مکتب فکر سے قریب تھی۔ ان کی

دعوت کا خلاصہ قرآن و سنت سے رجوع اور ان کی بنیاد پر مستقبل کی تعمیر و تشکیل تھی۔

محمد اسد کے کام کی اہمیت کا چوتھا پہلو دور ہدید میں اسلام کے اطلاق اور نفاذ کے سلسلے میں ان کی حکمت عملی اور اس سلسلے میں تحریک پاکستان سے ان کی وابستگی اور پاکستان کے بارے میں ان کا وژن اور عملی کوششیں ہیں یہ امور قومی تعمیر نو کے ادارے کے سربراہ کی حیثیت سے ان کی نگارشات، ان کی تقاریر اور ان کی کتابوں کی صورت میں موجود ہیں۔

روڈ نو مکہ Road to Makkah، ادبی، تہذیبی ہر اعتبار سے ایک منفرد کارنامہ اور صدیوں زندہ رہنے والی سوچات ہے۔ اس کتاب کا اردو ترجمہ طوقان سے سائل تک اور شاہراہ مکہ کے نام سے ہو چکا ہے۔

محمد اسد کی کی معروف کتب میں Islam at the Crossroads (اسلام دورا ہے پر) اور The Principles of State and Government in Islam (اسلامی مملکت و حکومت کے بنیادی اصول) اردو زبان میں ترجمہ ہو چکی ہیں۔ اس کے علاوہ انہوں نے ایک کتاب This Law of Ours بھی تحریر کی۔

اپنی ادبی اور مذہبی زندگی کی مصروفیات کی وجہ سے انہوں نے سفیر کا عہدہ چھوڑ دیا اور مراکش چلے گئے جہاں انہوں نے خود کو تصنیف و تالیف کے لئے وقف کر دیا۔

قرآن محمد اسد کی فکر کا محور رہا۔ حدیث و سنت کو وہ اسلامی نشاۃ ثانیہ کی اساس سمجھتے تھے۔

۱۷ سال کی کاوشوں کے بعد ۸۰ برس کی عمر میں انہوں نے اپنی زندگی کے سب سے بڑے خواب اپنے

محمد اسد کا مکتب

وہ مسلسل اسلام اور مسلمانوں کی خدمت میں مصروف رہے۔
علامہ محمد اسد غرناطہ (ابن) کے مسلم قبرستان میں آسودہ خاک ہیں۔

اصل علمی کارنامہ ”قرآن پاک کی انگریزی ترجمہ و تفسیر“ کو تکمیل تک پہنچایا۔ آپ صحیح بخاری کے مختلف حصوں کو انگریزی زبان میں بھی منتقل کر رہے تھے کہ مگر عمر نے وقت نہ کی۔

قبول اسلام کے بعد محمد اسد نے تاحیات اسلامی دنیا کو ہی اپنا مسکن بنایا، انہوں نے مغرب سے دین کا تانا بی نہیں توڑا بلکہ جغرافیائی سفر کر کے وہ پھر اس دنیا کا حصہ بن گیا جس نے اسے مقناطیس کی طرح اپنی طرف کھینچا تھا۔ محمد اسد نے اپنی اسلامی زندگی کے 66 سال عرب دنیا، ہندوستان، پاکستان اور تونس میں گزارے اور آخری ایام میں ان کا قیام اسپین کے اس علاقے میں رہا جو اندلس اور عرب دنیا کا روحانی و ثقافتی حصہ تھا۔

اس دوران 1982ء میں صدر ضیاء الحق نے انہیں اسلامی قوانین کے متعلق مشاورت کے ضمن میں پاکستان بھی بلایا۔

علامہ محمد اسد کے حالات زندگی پر تصانیف میں اہم ترین ممتاز محقق جناب اکرام چغتائی کی کتاب محمد اسد بندہ صحرائی (اردو) محمد اسد ایک یورپین بدوی (اردو) محمد اسد... اسلام کی خدمت میں یورپ کا قلم (دو جلدوں میں بزبان انگریزی) -- HOME: COMING OF THE HEART محمد اسد کی خود نوشت کا دوسرا حصہ ہے۔ (پہلا حصہ ”دی روز ٹو مکہ“ ہے) اس دوسرے حصے کو اکرام چغتائی نے مرتب کیا ہے اور اس پر حواشی بھی لکھے ہیں۔ اس کتاب کا آخری حصہ محمد اسد کی وفات کے بعد ان کی بیگم پولا حمیدہ اسد نے تحریر کیا ہے۔

20 فروری 1992ء کو یہ ممتاز نو مسلم مفکر، معتمد، مبلغ، مترجم اور صحافی علامہ محمد اسد اسپین کے شہر ماریا میں خالق حقیقی سے جا ملے آخری وقت تک

علمی تعاون کیجیے۔۔۔

روحانی ڈائجسٹ سیدنا حضور علیہ الصلوٰۃ والسلام



کے روحانی مشن کی ترویج و اشاعت میں سرگرم عمل ہے، اس مشن میں ہمارے معزز

قارئین کرام بھی شامل ہو سکتے ہیں۔ آپ کے پسندیدہ رسالہ کو مزید بہتر بنانے کے لیے کثیر تعداد میں کتب اور علمی مواد کی شدید ضرورت ہے۔ کسی بھی موضوع، عنوان پر اردو یا انگریزی زبان میں نئی اور پرانی کتابیں ارسال کی جاسکتی ہیں۔ آپ کے اس تعاون کو ہم شکریہ اور محبت کے ساتھ قبول کریں گے۔ آپ کی یا آپ کے متعلقین کی منتخب کردہ ان کتابوں کا عطیہ ایک علمی اور قلبی جہاد کی حیثیت رکھتا ہے جس کا اجر عظیم آپ کو اس وقت تک ملتا رہے گا جب تک ان کتب سے اخذ کیا ہوا علم لوگوں کو فائدہ پہنچاتا رہے گا۔

ایڈیٹر روحانی ڈائجسٹ

74600 کراچی 1-D.1/7 ناظم آباد۔ کراچی

پہرنا ستر از سر گڑھے

عجب سنج

دنیا کے مختلف ممالک کے متعدد شہروں میں عجیب و غریب اور سنسنی خیز واقعات رونما ہو رہے ہیں۔ کبھی کسی کا کراؤ کبھی پورا پورا گمراہ کبھی سڑک پر چلتی ہوئی گاڑی تو کبھی چلتے بھرتے انسانوں کو پر اسرار گڑھے منوں بیکھڑوں میں نگل رہے ہیں....

دنیا بھر میں رونما ہونے والے دلچسپ اور عجیب واقعات

وہ رات انتہائی تاریک تھی۔ فلوریڈا کے مغربی میپا پر سناٹا طاری تھا۔ خلیج میکسیکو سے آنے والے پانیوں پر گہرا اندھیرا تیرتا تھا اور ماحول غنودگی کی گرفت میں تھا۔ شہر کے دیگر مکانات کے مانند جیفری کا مکان بھی اندھیرے میں ڈوبا ہوا تھا۔ جیفری نیند کی وادی میں اتر چکا تھا۔ کمرے میں لپٹ کی زرد روشنی لرز رہی تھی۔ سامنے ٹی وی رکھا تھا، جس کے پہلو میں نصب شیلف میں کتابیں بے ترتیبی سے ٹھنسی ہوئی تھیں۔ اس کے اہل خانہ اپنے اپنے کمروں میں سوئے ہوئے تھے۔ ایسے میں مکان میں چھائی خاموشی میں کچھ ہلچل ہوئی۔ اس سے قبل کہ جیفری بستر سے باہر آتا، اچانک زمین لرز نے لگی۔ یوں معلوم ہوتا تھا، جیسے

زلزلہ آگیا ہو۔ اسے ایک خوفناک احساس نے آن گھیرا۔ زمین لرز نہیں رہی تھی.... وہ دھنس رہی تھی.... بے حد تیزی سے۔ اسے سالم نگل رہی تھی۔ ”جیری....“ وہ چلایا۔ ”میری مدد کرو!“ جیری آواز سننے ہی فوراً ساتھ والے کمرے کی جانب دوڑا جہاں داخل ہوتے ہی وہ بھونچکا رہ گیا۔ اس کا بھائی جیف، اپنے بستر سمیت تیزی سے زمین میں دھنس رہا تھا۔ یوں معلوم ہوتا جیسے زمین نے اچانک دلدل کی شکل اختیار کر لی ہو۔

دنیا کے سب سے بڑے پر اسرار گڑھے



Jeff Bush کو رات گیارہ بجے اچانک پورے کمرے سمیت زمین نے نگل لیا۔ یہ گڑھا 20 فٹ چوڑا تھا۔ تیس فٹ گہرائی میں جانے کے باوجود ریسکیو اپکار کو زندگی کے کوئی آثار نہیں ملے۔



یوں تو دنیا میں کافی طرح کے گڑھے اور گھاٹیں پائی جاتی ہیں جو قدرتی طور پر وجود میں آتی ہیں لیکن کسی سطح زمین پر جہاں برسوں سے کوئی شہر، ٹاؤن یا مکان آباد ہو اور وہاں کوئی زلزلہ یا قدرتی آفت آئے بغیر اچانک ایک پر اسرار گڑھا نمودار ہو جائے، یہ ایک انوکھی بات ہے۔ اس طرح گڑھے کا وجود میں آنا اور اپنی سطح پر موجود چیزوں کو نگل لینا، لوگوں کے لیے واقعی حیرت اور تعجب کا باعث ہو گا۔ پر اسرار گڑھوں کا یوں اچانک نمودار ہونا زمین کا عظیم دھنسنے جانا یہ نون پہلا انوکھا اور مستثنیٰ خیز واقعہ نہیں تھا، امریکہ کی ساحلی ریاست فلوریڈا میں یہ واقعات معمولی معمولی بن چکے ہیں۔

دنیا بھر میں اس قسم کے گڑھے نمودار ہوتے رہتے ہیں، صرف فلوریڈا میں نہیں، امریکی ریاست نیو جرسی، نیو میکسیکو، کولوراڈو، ٹیکساس کے ساتھ ساتھ



فلوریڈا میں ایک گڑھا

”مجھے بچاؤ۔“ جیفری کا چہرہ خوف سے سفید ہو چکا تھا۔ جیفری آگے بڑھا ہی تھا کہ زمین کے دھنسنے کی رفتار میں یکدم اضافہ ہو گیا اور چٹک جھپٹے کی پورا ہستہ زمین میں غائب ہو گیا۔ اب وہاں ایک خونخوار گڑھا تھا۔

”مدد کرو۔۔۔“ تہرائیوں سے جیفری کو صرف ہٹار سائی وہی۔ اس نے تاریخ سے اندر روشنی بھینکی، جو پہلو دور جا کر تاریکی میں گم ہو گئی۔

”جیف۔۔۔“ وہ پورنی قوت سے چلایا، مگر کوئی جواب نہیں آیا۔ اسی اثنا میں سائرن کی تیز آواز ماحول میں گونجی۔ پڑوسی نے شور مچا کر ہنگامی امداد کے مرکز پر فون کر دیا تھا۔ مکان کے باہر گاڑیاں آکر رکیں۔ دوزخ سے آئے قدموں کی آواز سنائی دی، کمر جیفری پر وحشت ناریں تھیں۔ اچانک اس نے اسے بازو سے پکڑ کر گھسیٹا۔

”رک جائیے۔“ اور تب اس کی نگرانی ریسکیو ایلن کاروں پر پڑی جو اسے اٹھتی رہتے۔ ”فورا باہر آجائیں، زمین کھسک رہی ہے۔“ یہ جملہ اس لمحہ حال میں لے آیا۔ اس وحشت ناک احساس نے اسے آلیا کہ وہ ابھی لمبے زمین میں دھنسنے لگا ہے۔ جیفری باہر آگیا۔ اب ریسکیو ایلن کار اس پر اسرار گڑھے کی سمت بڑھ رہے تھے جو ایک انسان کو نگل چکا تھا۔ پورنی رات کو ششیں جاری رہیں لیکن جیفری کا کچھ پتہ نہ چل سکا۔

یہ تیم مارچ 2013ء کی رات تھی، جب فلوریڈا میں ایک امریکی ریاست فلوریڈا کے ساحلی شہر ٹامپا کے 37 سالہ شخص جیفری بٹس

آباد گھرانوں کو محفوظ مقام پر
منتقل کر دیا ہے۔ چار سال قبل
2010ء میں قوریڈا کی میں
ایک گڑھا نمودار ہوا تھا، جس
نے ایک گاڑی کو نگل لیا تھا۔
قوریڈا کی ساحلی پٹی
میں اس طرح کے واقعات
عام ہیں۔ اس کا اندازہ آپ
اس بات سے لگا سکتے ہیں کہ



قوریڈا، برازیل، چین اور سہارا (روس) میں سیکڑوں گاڑیاں زندہ در گور ہوئی ہیں۔

سال 2006ء سے 2010ء تک صرف قوریڈا میں ان
گڑھوں کی وجہ سے 24671 انفورنس کلیم کیے گئے۔
قوریڈا کے بعد جس شہر میں ان پر اسرار گڑھوں
سب سے زیادہ واقعات رونما ہو رہے ہیں وہ روس کا

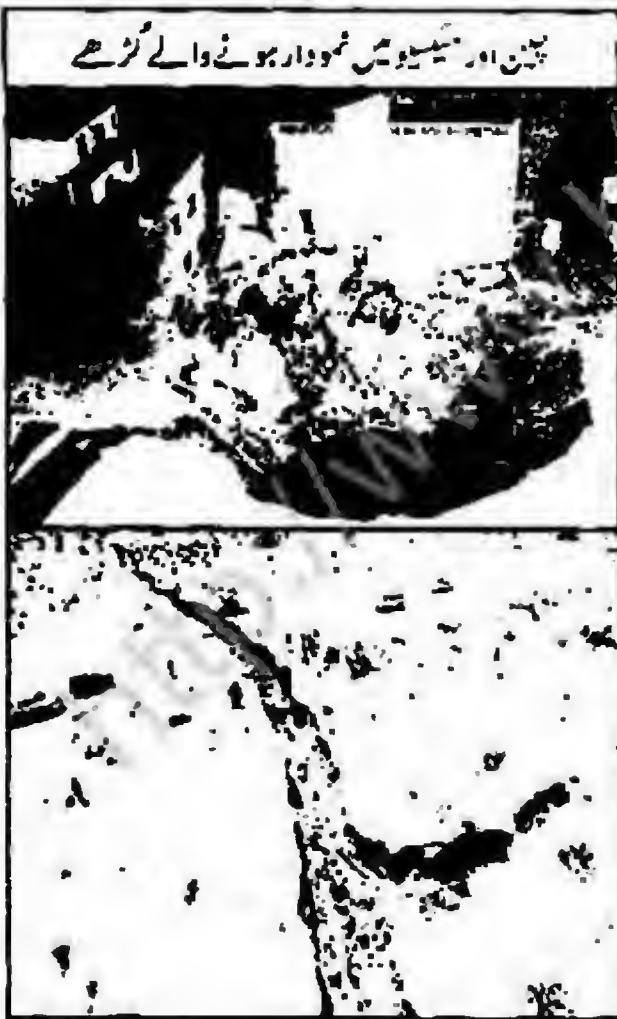
برازیل، روس، چین، گوئے مالا، وینزویلا، روم، یونان،
ساکتھ افریقہ، زمبیا، مصر، عمان اور ترکی میں بھی اس
خطرے کی گڑھے اچانک نمودار ہو چکے ہیں۔

ان کے بعض ممالک میں تو ہر سال اسی طرح کا
کوئی نہ کوئی گڑھا نمودار ہوتا ہے اور اچانک کبھی کسی کا
گھر، تو کبھی کسی کا پورا پورا گھر، کبھی سڑک پر چلتی ہوئی
گاری یا ٹرک ہو رہی ہے تو کبھی چلتے بھرتے ان لوگوں کو
منازل سینڈوں میں زمین نگل لیتا ہے۔ مگر گزشتہ چند
سالوں میں ان واقعات میں تیزی سے
تبادلہ ہو رہا ہے۔



ایس کیوں ہو رہا ہے.... یہ جاننے سے پہلے ہم دنیا
بھر میں رونما ہونے والے ان عجیب و غریب اور سنسنی
خیز واقعات میں سے چند واقعات کی جھلک دیکھتے ہیں۔

11 نومبر 2014ء امریکی ریاست قوریڈا کے ہائی
ڈیٹ علاقے میں سڑک میں پیدا ہونے والا گڑھا، ایک
کار کو نگل گیا، قوریڈا کے فائر ڈپارٹمنٹ کے مطابق بننے
والا گڑھا، 11 فٹ چوڑا اور 10 فٹ گہرا ہے، جس میں
ایک کار گر گئی جس کے بعد ریسیو اہلکاروں نے قریبی



گہرائی میں پہنچ چکے ہوتے ہیں۔

تیسرے نمبر پر سب سے زیادہ واقعات چین میں ظاہر ہو رہے ہیں۔ چین میں ایک گاؤں کی زمین اس کے باسیوں کے سامنے ہی غائب ہو رہی ہے لیکن یہ کوئی قدرتی آفت کا نتیجہ نہیں ہے۔ بتایا گیا کہ ہونان صوبے کے ایک گاؤں میں پچھلے 5 ماہ کے دوران بڑے بڑے 20 گڑھے اچانک نمودار ہو گئے جنہوں نے گاؤں کی اچھی خاصی زمین نگلی ہے، یہ گڑھے تیزی سے پھیل رہے ہیں اور وقت کے ساتھ مختلف مقامات پر نمودار ہو رہے ہیں۔ ان گڑھوں کی وجہ سے کئی گھر زمین بوس ہو چکے ہیں اور دریا خشک ہو گئے ہیں جسکی وجہ سے گاؤں کے باسی علاقے سے نقل مکانی پر مجبور ہو گئے ہیں۔ دو برس قبل ہی کی یہ بھی خبر ہے کہ چین میں ایک گڑھے نے پورا ٹرک نگل لیا تھا۔ چین ہی کے ایک شہر میں ان گڑھوں کی وجہ سے پانچ دکانیں زمین میں دھنس گئی تھیں۔

گزشتہ سال اگست 2014ء میں میکسیکو کے ایک گاؤں میں ایک شاہرہ لوہر زمین پھٹنے سے بہت بڑا گڑھا پڑ گیا ہے، گڑھا 26 فٹ گہرا اور 16 فٹ چوڑا ہے، گڑھے کی لمبائی تقریباً ایک کلومیٹر ہے۔

10 جنوری 2013ء کی خبر ہے کہ برازیل کے شہر کیپو گرائٹے میں ایک الیکٹریشن کام سے واپس گھر کی طرف جا رہا تھا۔

ٹریٹ لمیٹ ہولی



گوئے مالا کے پراسرار گڑھے



شہر سارا ہے۔ روسی دارالحکومت ماسکو سے جنوب مشرق میں واقع سارا شہر کے باشندے اور ڈرائیور ایک عجیب قسم کے خوف میں مبتلا ہیں کہ کہیں وہ گاڑی چلائے ہوئے اچانک گاڑی سمیت زندہ درگور نہ ہو جائیں۔ کیوں اس شہر کی سڑکیں گاڑیوں کو نگلنے لگی ہیں۔ اس خوف کا اندازہ اس بات سے لگایا جاسکتا ہے کہ متاثرہ علاقوں میں انتظامیہ نے گاڑی چلانے پر پابندی عائد کر دی ہے۔ کیونکہ کسی بھی وقت کوئی بھی گاڑی چلتے چلتے اچانک سڑک پر بننے والے بڑے گڑھے میں گر کر غائب ہو جاتی ہے۔ اس شہر میں صرف ایک ماہ کے دوران سڑکوں کے اچانک دھنسنے کے دو سو سے زائد واقعات رونما ہوئے ہیں۔ بعض

گڑھے اس قدر بڑے اور گہرے ہیں کہ ان میں بڑے سائز کے ٹرک گر چکے ہیں اور انہیں نکالا نہیں جاسکتا ہے کیونکہ وہ پچاس فٹ سے سو فٹ

ہوئی روڈ میں بنے گڑھے میں پھنس گئی۔ پانی
سے بھرے گڑھے میں گاڑی پھنسنے کی دیر تھی
کہ ذرا سی دیر میں پوری گاڑی آہستہ آہستہ اندر
ڈوبتی چلی گئی اور یکدم غائب ہو گئی۔

یہ واقعات آج بھی جاری ہیں۔ 17
فروری 2013ء کو نیو جرسی شہر میں ایک ٹرک
سڑک پر اچانک زمین میں دھنس گیا۔ ریکارڈ
نیمہ نے بروقت اسے نکال لیا۔

یہ تو وہ گڑھے ہیں جن کا احاطہ اتنا بڑا ہے
کہ کسی انسان، کار، ٹرک یا گھر کو ٹھک سکتے ہیں
لیکن دنیا میں ایسے بھی پر اسرار گڑھے نمودار
ہوئے ہیں جن کا احاطہ میلوں میں ہے۔ دنیا کا
سب سے خوفناک گڑھا بیلز (برازیل) کے
نزیق سمندر کے اندر میں موجود "گریت بلو
ہول" ہے۔ اس گڑھے کا احاطہ 984 لیٹ اور
گہرائی 407 فٹ ہے۔ دوسرے نمبر پر قوریڈا
وٹر پارک کا گڑھا ہے جو مئی 1981ء میں
اچانک نمودار ہوا تھا اور 350 فٹ چوڑی زمین
کو ٹھک گیا، اس کی گہرائی 75 فٹ ہے۔

مصر میں منخفض القطارۃ Qattara
Depression گڑھا سطح سمندر سے
440 فٹ نیچے ہے، یہ 186 میل لمبے اور 95
میل چوڑے رقبے پر پھیلا ہوا ہے۔
انگینڈ کی کاوٹی نارتھ یاک سٹار کے
علاقے رپون میں مسلسل ایسے ہی گڑھے بن
رہے ہیں۔

پانچویں نمبر پر دنیا کے سب سے خوفناک

بے دھیانی میں اسی گاڑی بارشوں کے پانی سے ٹوٹی

55

مارچ 2015ء



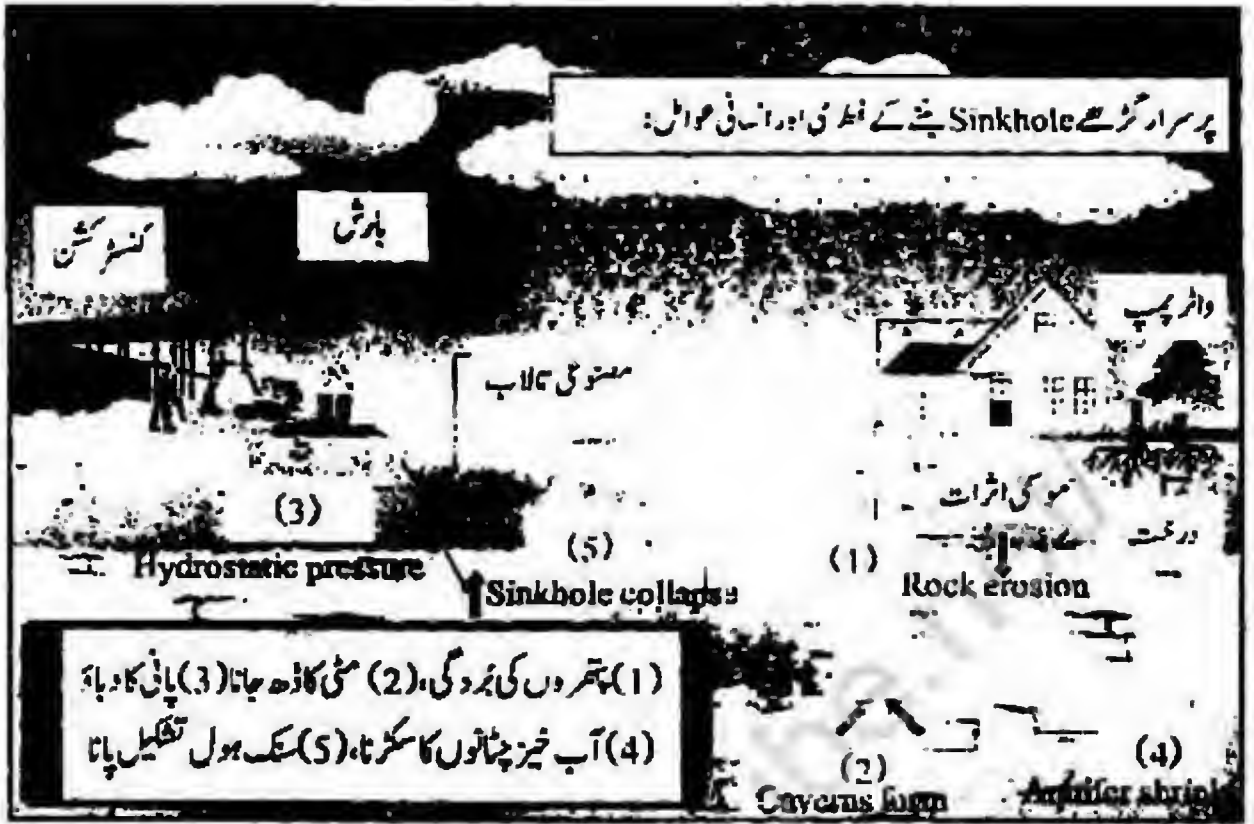
بڑا، شمالی عمان



شیطان گڑھا، نیکیاس



ٹریڈر ہائی ٹیکنالوجی، چین



(1) مہتمروں کی بردگی، (2) مٹی کا ڈھ جانا، (3) پانی کا دباؤ،
(4) آب خیز چٹانوں کا سکڑنا، (5) سنگ بول تشکیل پانا

عمان کے علاقے بئمہ Bimmah میں بھی ایسا قدرتی گڑھا موجود ہے۔ اچانک نمودار ہونے والا 98 فٹ گہرا یہ گڑھا اب جمیل کی مانند دکھائی دیتا ہے اور اب ”ہویہ نجم“ نامی پارک کا حصہ ہے۔



اب آتے ہیں اس سوال کی طرف کہ یہ پر اسرار گڑھے کیا ہیں....؟ کیوں پیدا ہوتے ہیں....؟ ان کے متعلق سائنس کیا کہتی ہے....؟

یہ گڑھے سائنسی اصطلاح میں Sinkhole (گڑھ یا آبیگرہ) کہلاتے ہیں، کچھ لوگ انہیں Swallow Hole بھی کہتے ہیں۔ کیونکہ جب یہ گڑھا نمودار ہوتا ہے تو زمین کی اوپری سطح اس طرح ڈھے جاتی ہے، جیسے کسی نے اسے نکل لیا ہو۔

سائنسدانوں کے مطابق یہ گڑھے فطری اور کبھی کبھار انسانی عوامل کے نتیجے میں جنم لیتے ہیں۔ یہ دنیا بھر میں پائے جاتے ہیں اور عام طور سے ساحلی اور انہیلی

میں نمودار ہوئے تھے، 23 فروری 2007 میں نمودار ہونے والا گڑھا 330 فٹ گہرا تھا، جو کئی گھروں کو نکل گیا، جس کی وجہ سے پانچ افراد ہلاک اور 17 زخمی ہوئے۔ 2010 میں نمودار ہونے والا گڑھا 65 فٹ چوڑا اور 100 فٹ گہرا تھا، یہ گڑھا ایک تین منزلہ فیکٹری کو نکل گیا۔ بعد میں حکومت نے ان گڑھوں کو چونے کے پتھر، سمینٹ وغیرہ ڈال کر بند کر دیا۔

چین کے علاقے ژیاؤ زہائی تیانگنگ کے پہاڑوں میں موجود قدرتی گڑھا 2171 فٹ گہرا ہے۔ اسے 1994 میں دریافت کیا گیا تھا۔

ونیزویلا کے انتہائی دور افتادہ پہاڑی علاقے میں بھی ہزار فٹ گہرے ایسے گڑھے ہیں، جو انتہائی حد تک قدرتی معلوم ہوتے ہیں۔

امریکی ریاست ٹیکساس میں موجود گڑھا ڈیول سنگ ہول (شیطان گڑھا) کے نام سے مشہور ہے، 240 فٹ 360 فٹ بیضوی یہ گڑھا 310 فٹ گہرا ہے۔

قدرتی گڑھے

مڑنوں پر چلنے والے ٹرکوں اور گاڑیوں کے وزن کے باعث سڑک کے نیچے موجود پونے کے پتھر اور چٹنی مٹی جو بھر بھری ہو چکی تھی بالکل ہی بیٹھ گئی اور زمین پر بڑے بڑے بول بن گئے۔

بعض ماہرین ارضیات کا استدلال ہے کہ ان عجیب و غریب گڑھوں کا اصل سبب شہر کے اطراف میں پانی جانے والی سرنگیں ہیں۔ شہر کے اطراف کی جانے والی مائننگ کی وجہ سے زیر زمین پانی کا نظام بری طرح متاثر ہوا ہے، جس کے باعث زمین کے اندر پانی کی کمی ہو جاتی ہے اور ارضیاتی تبدیلیاں وقوع پذیر ہوتی ہیں اور یہ زمین پر پڑنے والے گڑھوں کا سبب بن رہا ہے۔

سائنس تو جیہات کے برعکس عام افراد ان واقعات کو عقائد اور توہمات کی کسوٹی پر پرکھ رہے ہیں۔ اکثریت کی رائے ہے کہ زمین کا یوں دھنس جانا قیامت کی نشانیوں میں سے ایک نشانی ہے۔ بیشتر مذہب میں دنیا کے خاتمے کے قریب زمین کے دھنس جانے کا تذکرہ ملتا ہے۔ روس کے قدامت پسند حلقے ان واقعات کو خدا کا عذاب قرار دیتے ہیں اور عوام کو مذہب کی جانب لوٹنے اور اپنے گناہوں کی معافی مانگنے کی تلقین کر رہے ہیں۔

وجہ انسانی ہو یا فطری، یہ بات لمحہ فکریہ ہے، دنیا بھر میں معدنی ذخائر کے حصول کے لیے کھدائی کا عمل جاری ہے۔ کہیں بیہوش اور دیگر بیش قیمت پتھر تلاش کیے جا رہے ہیں، کہیں نمک، کہیں کوئلہ، کہیں پیترویل نکالنے کے لیے زمین کھودی جا رہی ہے، کہیں گیس کے حصول کے لیے یہ عمل انجام دیا جا رہا ہے۔ تو اتر سے انجام دینے جانے والے اس عمل کی وجہ سے مستقبل میں ان گڑھوں کے نمودار ہونے کے خدشات بڑھ سکتے ہیں۔



علاقے میں ظاہر ہوتے ہیں، جہاں کی مٹی میں کینٹھ کاربونیٹ وافر مقدار میں پایا جاتا ہے۔ دراصل سخت ترین زمین کے درمیان بھی خلا ہوتا ہے، درازیں ہوتی ہیں۔ مسلسل بارش یا نکاسی کے ناقص نظام کی وجہ سے زمین پانی جذب کرتی رہتی ہے اور ہوتے ہوتے یہ پانی زیر زمین پانی تک پہنچ جاتا ہے۔ ایسی زمین بظاہر ٹھوس لگتی ہے، مگر اس کا اندرونی حصہ اپنی سختی کھو چکا ہوتا ہے اور پھر ایک ایسا وقت آتا ہے جب زمین اندر کو دھنس جاتی ہے۔ کبھی کبھار یہ عمل ست روی سے انجام پاتا ہے، پر کبھی کبھار یہ اچانک بھی ہو سکتا ہے۔

ماضی میں جب سائنس نے ترقی نہیں کی تھی، اس قسم کے گڑھوں سے مافوق الفطرت قصے جوڑ دیے جاتے تھے، اسے پر اسرار قوتوں کی کارستانی تصور کیا جاتا تھا، مگر آج ان کی سائنسی توجیہ کی جاسکتی ہے۔ ساحلی علاقوں کی زمین میں نمکیات ہوتے ہیں۔ اگر وہ دھیرے دھیرے ٹھل جائیں تو ایک وقت ایسا آتا ہے، جب زمین ڈھے جاتی ہے۔ کچھ برس قبل بحر مردار کے کنارے ایک ایسا ہی گڑھا ظاہر ہوا تھا۔ ماہر ارضیات کے مطابق اس قسم کے گڑھے عام طور سے ساحلی اور ریتیلی زمین پر نمودار ہوتے ہیں، مگر روس کا شہر سارا تو چٹانی زمین پر ہے اور ساحل سمندر پر بھی نہیں۔

روسی ماہرین ارضیات گریگوری مارکوف کا کہنا ہے کہ روس میں ان واقعات کا سبب زیر زمین پانی کی بڑھتی ہوئی سطح ہے۔ موسم سرما میں یہاں شدید برف پڑی ہوتی ہے۔ جوں جوں موسم گرم ہوتا ہے، برف پگھل کر زمین میں جذب ہو جاتی ہے۔ سارا اس زیر زمین پتھر برسوں تک پانی میں رہنے کی وجہ سے ٹھل گئے ہیں اور پانی نے مٹی کو بھر بھر اکٹرا دیا ہے۔ زمین کے اوپر

AZEEMI

بالوں کی حفاظت کا قدرتی طریقہ

AZEEMI'S

SUNRAYS



HERBAL SHAMPOO

اب نئی ویدوزیب پیکنگ میں

RS: 85/=

سن ریز ہر بل شیمپو یا عظیمی لیبارٹریز کی دیگر پروڈکٹ کے لیے
کراچی میں ہوم ڈیلیوری کی سہولت بھی موجود ہے۔
کراچی اور حیدرآباد کے مختلف علاقوں میں اسٹاکسٹ کے نام جاننے کے لیے
یا ہوم ڈیلیوری کا آرڈر دینے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے۔

021-36604127

پاکستان سوسائٹی

58

Copied From Web

عقل حیران ہے...! سائنس خاموش ہے...!

دلچسپ عجیب و غریب اور حیرت انگیز واقعات و آثار
سائنس جن کی حقیقت سے آج تک پردہ نہ اٹھا سکی

زندگی منطق کے بغیر تو گزر سکتی ہے۔ جذبات احساسات اور وجدان کے بغیر نہیں....
پر اسراریت میں انسان کی دلچسپی ازیں ہے اور ابد تک رہے گی۔ گو کہ ہر اسرار فوق الفطرت باتوں کی کوئی منطق نہیں
ہوتی اور نہ سائنس کے مروجہ اصولوں سے انہیں ثابت کیا جاسکتا ہے لیکن عشق محبت اور سچے خواہوں کی بھی تو کوئی عقلی
توجیہ یا تشریح نہیں کی جاسکتی۔ ان کا ہونا ہی ان کی سائنس ہے۔ عقل کی محدودیت میں انہیں سمیٹا نہیں جاسکتا۔ یہ سب
غیر عقلی باتیں بھی لوازمات حیات ہیں۔
یوں تو سائنس نے انسان کے سامنے کائنات کے حقائق کھول کر رکھ دیے ہیں لیکن ہمارے ارد گرد اب بھی بہت
سے ایسے راز پوشیدہ ہیں جن سے آج تک پردہ نہیں اٹھایا جاسکا ہے۔ آج بھی اس کرۂ ارض پر بہت سی عجیب و غریب باتیں رونما
ہوتے ہیں اور ان کی آکار اپنے موجود ہیں جو صدیوں سے انسانی عقل کے لیے حیرت کا باعث بن رہے ہیں جن کے
معلق سائنس ہرگز نہ دیکھ سکتی ہوئی ہے۔

سولہویں صدی عیسوی کے فرانسیسی نجومی نو سٹروڈیس
کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ پیش گوئیوں پر اس کی کتاب لیس
پروپھیٹس Les Propheties چار سو سال میں سب سے زیادہ
بکنے والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نو سٹروڈیس نے دنیا کے
بڑے بڑے واقعات کی حیران کن پیش گوئی کی تھی، اس نے
انقلابِ فرانس، شاد بھری کی موت، پولین، ہٹلر، جنگِ عظیم
اولیٰ و دوم، صدر کینیڈی کا قتل، نائین الیون، ویں صدی کی
سائنسی انقلابات کی درست پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ
اس کی 942 پیش گوئیوں میں سے 850 درست ثابت ہوئیں۔

THE MAN
WHO SAW TOMORROW



ناتشر ڈیسک وہ شخص جو اپنے دلا کل دیکھ سکتا تھا...

Copy

سترہ مئی 1791ء درج تھی۔ تختی کی پشت پر ایک
رباعی یوں درج تھی:

انقلاب کے دو سال بعد پانچویں مہینے میں
تین شرابی پرانی قبر کھودیں گے
دو اسی رات مر جائیں گے
اور تیسرا آخر تک پاگل رہے گا
یہ رباعی پڑھ کر تینوں کا نشہ ایسا کافور ہوا کہ وہ
خوف زدہ ہو کر پیچھے ہٹے اور سر پٹ دوز پڑے مگر انقلابی
پولیس نے انہیں بھاگتے ہوئے دیکھ لیا۔ انہیں انقلاب
دشمن عناصر سمجھ کر ان پر گولی چلا دی گئی۔ جس کے
نتیجے میں ان میں سے دو موقع پر ہلاک ہو گئے اور تیسرا
شدت خوف سے مرتے دم تک پاگل رہا۔

یہ مقبرہ نہ تو کسی شاہی حکمران کا تھا نہ کسی امراء
طبقے کے فرد کا اور نہ ہی کسی کلیسیائی راہب کا... یہ
مقبرہ سولہویں صدی عیسوی کے شاہی طبیب کا تھا، جو
ایک ماہ فنیات بھی تھا اور ظلم نجوم سے شغف رکھتا
تھا۔ اس کا نام میشل دی نوٹرے ڈوم Michel de
Nostredame تھا۔ جو اپنی پیشگوئیوں کے حوالے
سے تاریخ میں نوٹرے ڈیس کے نام سے جانا گیا۔

سولہویں صدی عیسوی کے اس فرانسیسی نجومی
نوٹرے ڈیس کے بارے میں کہا جاتا ہے کہ وہ ایک
صاحب بصیرت اور دانش مند عالم تھا اور اپنی داخلی
مذاہبتوں کی بدولت پیش بینی کرتا تھا۔ اس نے دنیا کے
بڑے بڑے واقعات کی خبر ان کن پیش گوئی کی تھی۔
ان پیشین گوئی میں ایک خاص نقطہ نظر ہوتا تھا، پیش
گوئیوں پر اس کی کتاب لیس پروفیتیز Les
Propheties چار سو سال میں سب سے زیادہ بکے
والی کتاب ہے۔ اس کتاب میں نوٹرے ڈیس نے انقلاب
فرانس، شاد بہری کی موت، پولین، ہٹلر، جنگ عظیم

اٹھارہویں صدی میں جب فرانس کے حکمرانوں،
امراء طبقوں اور کلیسا کا گٹھ جوڑ عوام کا استحصال کر رہا
تھا۔ بڑی بڑی اور زرخیز زمینیں امراء و اہل کلیسا کے قبضے
میں تھیں، وہ کوئی ٹیکس ادا نہیں کرتے تھے، جب کہ
عام کاشت کاروں پر محاصل کا شدید بار تھا، غریب کے
لیے انصاف کے دروازے بھی بند تھے۔ جب مظالم اور
استحصال سے تنگ آئے ہوئے دیہی طبقے کے ضبط کا
بندھن ٹوٹ گیا تو انہوں نے 4 اگست 1789ء کو
بغاوت کر دی۔ اس بغاوت میں ہزاروں افراد کو موت
کے گھاٹ اتار دیا گیا، امراء اور حکمران طبقوں میں کسی
کی گردن محفوظ نہ تھی۔

یہ مئی 1791ء کا واقعہ ہے، جب دو سال سے چلنے
والا فرانسیسی انقلاب اپنے عروج کے دور میں تھا، جب
بڑے بڑے سرکاش حکمران عبرت انگیز انجام تو
پہنچائے جا رہے تھے۔ دوسری جانب ماضی کے
بادشاہوں کی قبروں کو کھود کر ہڈیاں تک جلائی جارہی
تھیں۔ ایسے میں تین چرواہوں کے دماغ پر شراب کا
نشہ ان کی عقل پر حاوی ہو گیا تھا مگر وہ اس بات سے بے
خبر تھے کہ کوئی بد قسمتی انہیں دعوت قضاوت دی
تھی۔ انہوں نے نشے میں بد مست ہو کر ایک شاہی قبر
کھودنے کا فیصلہ کر لیا تھا۔ وہ قبر ایک پرانے چرچ کے
احاطے میں تھی جس میں رکھا لکڑی کا تابوت دو سو سال
سے زیادہ عرصہ گزرنے کی وجہ سے گل مڑ چکا تھا۔ نشے
میں دھمت ان تینوں اشخاص نے قبر کھودی تو کھانا
تابوت ان کے سامنے تھا۔ تابوت کھلا تو جیت کی خوشی
میں قہقہے لگانے والوں کی آواز ان کے حلق میں اٹک کر
رہ گئی اور آنکھیں حیرت سے کھیل گئیں۔ ان کی حیرت
کی وجہ ہڈیوں کا ڈھانچہ نہیں بلکہ ڈھانچے کے گلے میں
لٹکی پیتل کی وہ تختی تھی جس پر اس دن کی تاریخ یعنی

فرانس کا مستقبل

پیشگوئیوں سے ملائی جاتی ہیں۔



لوسٹر ڈیمس کا تعلق ایک قدیم

یورپی یہودی تاجر خاندان سے تھا،

تیرہویں صدی عیسوی میں یہ تاجر

خاندان وسطی فرانس کے

خلائے پروونس

کے شہر سینٹ ریے

میں آکر آباد ہو گیا۔

یہ خاندان اسپین سے

ہجرت کر کے یہاں

آیا تھا کیونکہ مسلم حکومت کے زوال کے ساتھ ہی جن

علاقوں پر عیسائی قابض ہوئے تھے وہاں انہوں نے

مسلمانوں اور یہودیوں کو بھی لہنا ٹھنہ بتانا شروع کر دیا

تھا۔ اس وقت اٹلی، اسپین، جنوبی یورپ کی ساحلی

ریاستیں اور وسطی یورپ یہودیوں کے قید خانوں میں

بند کر لئے تھے جہاں وہ چھپ چھپ کر زندگی

گزارتے تھے۔ بہتر اور آسان زندگی کی تلاش میں وہ

مغربی یورپ کا رخ کرنے لگے جہاں کے باشندے حال

ہی میں دائروں میں داخل ہوئے تھے اور ان میں

مذہبی تعصب پرانے عیسائیوں کے مقابلے میں کم تھا۔

یہ ممانک جرمنی، فرانس اور انگلینڈ تھے۔

اس یہودی خاندان کا کوئی مخصوص نام نہیں تھا

لیکن اس خاندان کے بارے میں یہ بھی کہا جاتا ہے کہ

یہ یہودیوں کے قبیلے بنی اشکار یا ساکر (Issachar) سے

تعلق رکھتا تھا۔ اس قبیلے کے بارے میں مشہور ہے کہ

اس کے لوگ پر اسرار علوم کے ماہر ہوتے تھے۔ قدیم

پر اسرار اور ماورائی علوم، جیسے علم نجوم، فال، زانچہ، جادو

نوت، جہاز پھونک، کہانت ان میں عام تھی۔ عیسائی کلیسا

میشیل بی لوسٹر ڈیمس

اول و دوم، صدر آئینہ کا قتل، نائین ایون۔

اکیسویں صدی کی سائنسی انقلابات کی درست

پیش گوئیاں کیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس کی ۹۴۲ پیش

گوئیوں میں سے ۸۵۰ درست ثابت ہوئیں۔

یہی نہیں اس نے اپنے مرنے کی پیش

گوئی بھی اپنی زندگی میں ہی کر دی تھی

اور یہ بھی بتا دیا تھا کہ اس کی موت کے

۲۲۵ سال بعد اس کی قبر کو کوئی کھودے گا چنانچہ

لوسٹر ڈیمس نے تاکید کی تھی کہ اس کے تابوت میں

سینے پر پتیل کی تختی پر ۱۷ مئی ۱۷۹۱ء لکھ کر رکھ دیتا،

اور ایسا ہی ہوا لوسٹر ڈیمس کی یہ کی پیش گوئی حروف ہ

حروف پوری ہوئی، اس کی قبر کشائی سے متعلق یہ

دلچسپ واقعہ آج بھی مشہور ہے۔ لوسٹر ڈیمس کی قبر

آج بھی Church of the Cordeliers of

Salon میں موجود ہے لیکن پیشگوئی کی تختی نہیں

ہو چکی ہے۔ لوسٹر ڈیمس کی کتاب میں مذکور ہا۔

پیشگوئی موجود نہیں البتہ اس سے متعلق خفیہ ایک پیشگوئی

(صدی ۹: رباعی ۷) ملتی ہے کہ

Qui ouvre le monument troué,

ne viendra le serrer proprement,

Mais lui viendra,

Qu'il ne pourra prouver

man who opens tomb when it found

And does not close it immediately,

Evil will come to him

That no one will be able to prove.

جو شخص اس مقبرے کو کھولے گا

اور اس کو دوبارہ جلدی بند نہیں کرے گا

اس پر مصیبت (آفت) نازل ہوگی

کوئی بھی یہ ثابت کرنے سے قاصر ہوگا

لوسٹر ڈیمس کے مداحوں کے نزدیک وہ بھی پیش

گوئیاں کرتا تھا، آج بھی دنیا میں کہیں بھی کوئی اہم واقعہ

ظہور پذیر ہوتا ہے تو اس کی کتابیں لوسٹر ڈیمس

بہر صورت اس بچے کو بچاتا چاہتا تھا اور اس کے لیے وہ اپنا مذہب تک بدلنے کو تیار تھے۔ آخر اس بچے میں ایسی کیا بات تھی کہ اسے بچانے کے لیے یہودیوں کا ایک بہت بڑا خاندان اپنا مذہب تبدیل کرنے کو تیار ہو گیا تھا۔۔۔؟ بچے کا نام: میشل ڈی نو ستر ڈیمس کے نام سے مشہور ہوا۔

بچے کے والد کا نام جیک ڈی نو ستر ڈیم Jacques de Nostredame اور والدہ کا نام رینی ڈی سینٹ ریمے Renée de Saint-Remy تھا۔ یہ خاندان آریس Arles شہر سے 10 میل کے فاصلے پر واقع تھوٹے سے قصبے سین ریمے میں آباد تھا۔

بچے کا دادا پیر ڈی نو ستر ڈیمس، جو علم و تحقیق سے شغف رکھتا تھا، یہودیوں کے مذہبی علم، تلمود، عبرانی، ریاضی اور فلکیات کا ماہر تھا۔ اس نے میشل کے لیے فیصلہ کیا کہ اسے کسی اسکول میں داخل نہیں کرایا جائے گا اور نہ ہی اسے گھر سے باہر جانے اور لوگوں سے ملنے کی اجازت ہوگی۔ اس کے لیے طے ہوا کہ وہ ابتدائی تعلیم اپنے دادا جین ڈی سینٹ ریمس Jean de St. Remy سے حاصل کرے گا، جو ایک شاہی طبیب تھے۔ اصل میں اس تعلیم کا مقصد میشل کی بنیاد کو مضبوط کرنا اور اسے آنے والے دنوں میں عیسائی معاشرے کا سامنا کرنے کے قابل بنانا تھا۔ میشل تین یا چار سال کی عمر سے اپنے دادا کے پاس پڑھنے چلا گیا۔

جین، میشل کو مہذب نامہ قدیم (بائبل)، عبرانی، یونانی، لاطینی زبان، فلسفہ، ریاضی، فلکیات اور قدیم مذہبی علوم اور خاص طور پر قبالہ Qabbala مکتبہ فکر کی تعلیم دیتا۔ (قبالہ ایک یہودی مکتبہ فکر ہے جو تورات کی باطنی تشریح اور روحانی فلسفہ پر عمل پیرا ہے، ان کے علوم زبانی سینہ بہ سینہ منتقل ہوتے ہیں)

نے ایسے علوم کو جادو نوٹ کے ضمن میں شیطانی افعال قرار دیا تھا اور وہ کسی صورت انہیں برداشت نہیں کرتے تھے۔ جادو یا کسی قسم کے پراسرار علوم میں نوٹ شخص کو زندہ جلا دیتا جاتا تھا۔ یہ اتنا سنگین جرم مانا جاتا کہ جو شخص ایک مرتبہ اس الزام میں کلسیائی عدالت تک پہنچ جاتا اسے موت کی سزا سنائی جاتی چاہے اس کے خلاف کوئی ثبوت یا گواہ ہو یا نہ ہو۔ ظاہر ہے ایسے ماحول اس قبیلے نے اپنی شناخت چھپا کر رکھی تھی، ایسا بھی ہوتا کہ یہ جہاں رہتے تھے بظاہر وہاں کے مقامی لوگوں کا مذہب اختیار کر لیتے تھے۔ مسلمانوں میں مسلمان بن جاتے تھے اور عیسائیوں میں عیسائی۔ نو ستر ڈیمس کے آباؤ اجداد تاجر تھے مگر فرانس میں آباد ہونے کے بعد اس قبیلے کے افراد نے تجارتی سرگرمیوں کو کر دیا اور ملازمت کے پیشے کو اختیار کیا۔

چودہ دسمبر 1503ء کو اسی خاندان میں ایک بچے نے جنم لیا۔ جب اس بچے کا زائچہ بتایا گیا تو خاندان کے بزرگ حریف فکر مند ہو گئے۔ بچے خوبصورت اور مخصوص یورپی ضد و خال لیے ہوئے تھا۔ وہ سنہری بالوں اور گھڑے نقوش کا حامل تھا اور بچپن سے اس کی وجاہت نمایاں تھی۔ لیکن خاندان کے ان بزرگوں نے جو قدیم علوم کے حامل تھے اس کی شہادہ پیشانی میں کچھ اور ہی دیکھا اور انہوں نے فیصلہ کیا کہ اب وقت آیا ہے کہ وہ مقامی عقیدہ یعنی عیسائیت اپنالیں۔ ورنہ یہ بچہ جب بڑا ہو گا اور اس کی باتیں عام ہوں گی تو اس کے ساتھ اس خاندان کی شامت بھی آجائے گی۔ میشل کے بزرگ جان گئے تھے کہ اس میں مستقبل کو جاننے کی صلاحیت ہے اور یہ صلاحیت پیدا کئی تھی۔ اگر وہ اس کا سہرا نام اظہار کرتا تو عین ممکن ہے اس پر جادو کا الزام لگا کر اسے زندہ آگ میں جلا دیا جاتا۔ پورا خاندان

میشیل اپنے نانا کے سامنے دست بستہ کھڑا ہوتا اور پوری توجہ سے اس کا کہا ایک ایک لفظ سنتا تھا۔ جین اپنے نواسے کی ذہانت اور یادداشت پر حیران تھا۔ وہ اسے ایک مرتبہ جو بتا دیا وہ اس کی یادداشت میں ہمیشہ کے لیے محفوظ ہو جاتا تھا۔ یہی نہیں جب جین اس سے کسی مضمون کے بارے میں بحث کرتا تو میشیل پورے اعتماد اور دلائل کے ساتھ اسے جواب دیتا تھا۔ اس کے ساتھ ساتھ جین اسے طب اور خاص طور سے آسٹریولوجی (فلکیات) کا سبق بھی پڑھاتا تھا۔ وہ میشیل پر زور دیتا تھا کہ دنیا کی تعلیم لہنی جڈ لیکن اسے اپنے اندر کی خفیہ صلاحیتوں کو بیدار کرنا ہو گا تب ہی وہ کامیابی حاصل کر سکے گا۔ وہ اسے کچھ مشقیں کراتا تھا ساتھ ہی وہ اسے ان قدیم نقوش کو سمجھنے کی تعلیم دیتا تھا جو اصل میں تمام پر اسرار علوم کا ماخذ تھے اور مختلف کتابوں اور مخطوطوں میں ان کے خاندان میں ہزاروں سال سے محفوظ چلے آ رہے تھے۔ بعد میں میشیل نے ان نقوش کو لہنی پیش گوئیوں کی کتاب میں بھی استعمال کیا لیکن اس نے ان کی وضاحت کرنے سے گریز کیا تھا۔ وہ ان کے اسرار عام نہیں کرنا چاہتا تھا۔

دس سال کی عمر میں میشیل اس قابل ہو گیا تھا کہ اپنے طور پر مطالعہ کر سکتا تھا اور اس کی دلچسپی کا محور آسٹریولوجی اور فلکیات کی کتابیں تھیں۔ دس سال کی عمر کے بعد وہ گھریلو آہن آیا۔ اسے گھر سے باہر جانے اور دوست بنانے کی اجازت دے دی گئی تھی۔ اس کے بزرگوں کو اعتماد تھا کہ وہ منہ سے ایسی کوئی بات نہیں نکالے گا جس سے وہ خود یا اس کا خاندان مشکل میں پڑ جائے۔ میشیل نے دوست بنائے اور نوجوانوں والی سرگرمیاں شروع کیں۔ دوستوں کے اس حلقے میں کبھی کبھی اس کے منہ سے نہ چاہتے ہوئے بھی کسی سے

بارے میں ایسی بات نکل جاتی جو بعد میں پوری ہوتی تھی لیکن بچہ ہونے کی وجہ سے کوئی اس چیز کو اہمیت نہیں دیتا تھا۔ وہ اپنے چار بھائیوں میں سب سے بڑا تھا اور سب سے زیادہ ذہین تھا۔

لیکن جب وہ بارہ سال کا تھا تو اس کی ایک پیش گوئی کی وجہ سے اس کا خاندان مشکل میں پڑتے پڑتے رو گیا۔ میشیل کا گھر جس گلی میں تھا اس میں ناچین فلاز نامی ایک خاتون رہتی تھی۔ اس خاتون کا ایک لڑکا جولین تھا جو عمر میں میشیل سے ذرا چھوٹا تھا۔ ایک دن جولین میشیل اور اس کے دوستوں کے ساتھ کھیل کھیل میں جھگڑا ہو گیا۔ اس نے انہیں مارا اور ایک لڑکے کا سر پھاڑ دیا۔ میشیل کو اس پر غصہ آگیا اور اس نے جولین سے غصہ میں کہا ”تم جلد گھوڑے کی ٹاپوں سے کچلے جاؤ گے اور تمہاری ماں تمہارے تابوت پر مین کرے گی۔“

میشیل کے الفاظ نے جولین کو خوف زدہ کر دیا تھا۔ وہ خوف کے عالم میں گھر بھاگ گیا اور اس نے میشیل کی بات اپنی ماں کو بتادی۔ ناچین فلاز چراغ پا ہو گئی اور بونے کے لیے میشیل کے گھر پہنچ گئی۔ وہ چیخنے چلانے لگی تو محلے والے جمع ہو گئے اور ناچین نے ان کے سامنے بتایا کہ میشیل نے اس کے بیٹے کے بارے میں کیا کہا ہے۔ لوگوں نے ناچین کو سمجھایا کہ کھیل میں لڑائی ہو جائے تو بچے اس قسم کی باتیں کر جاتے ہیں اس کو سنجیدہ لینے کی ضرورت نہیں ہے۔

اس کے ایک مہینے بعد ہی جولین سڑک سے گزرتے ہوئے ایک بے قابو بگھی کی زد میں آگیا اور گھوڑے کے ٹاپوں سے کچل کر شدید زخمی ہو گیا اور دو دن بعد اس کا انتقال ہو گیا۔ غم و غصے سے پاگل ناچین نے اس کی شکایت ایک مقامی مذہبی عدالت میں کی اور میشیل کو جادو گری کا مرتکب قرار دینے کی درخواست

کی۔ لیکن عدالت نے تین وجوہات پر درخواست مسترد کر دی۔ ایک تو میشل بچہ تھا، دوسرے جولین حادثے کا شکار ہوا تھا۔ اس کی اپنی فطرت سے ہوا تھا۔ تیسرے جولین جس گھمبھی کے نیچے آیا تھا اسے ایک مقامی امیر زادہ چلا رہا تھا۔ اصل وجہ یہی تھی، اگر میشل کو عدالت بلایا جاتا تو لازمی بات ہے امیر زادے کو بھی عدالت کا سامنا کرنا پڑتا۔ یوں میشل کی بچت ہو گئی اور اس کے بعد وہ پیش گوئیوں کے معاملے میں بہت محتاط ہو گیا تھا۔



اس وقت تعلیم یافتہ نوجوانوں کے لیے دو ہی شعبے تھے۔ ایک تو وہ فوج میں بھرتی ہو جائیں اور اپنی صلاحیت کی بنیاد پر اونچے مقام تک پہنچ جائیں یا پھر میڈیکل کی تعلیم حاصل کریں۔ اس وقت یورپ میں صرف میڈیکل کی تعلیم باقاعدہ طور پر دی جا رہی تھی۔ یہودی عام طور سے جنگ کو پیشہ بنانے سے گریز کرتے تھے اور عیسائی ہونے کے بعد اس خانہ ان کے ہتھوں سے گریز کی پالیسی برقرار رکھی تھی۔ اس لیے میشل کو طبی تعلیم کے لیے جنوب مشرقی فرانس کی مشہور طبی درس گاہ ایوگن Avignon بھیجنے کا فیصلہ ہوا۔

اس وقت میشل پندرہ برس کا تھا، وہ اپنی خانہ مارگریٹ کے گھر چلا گیا، جن کی مدد سے وہ فرانس کی یونیورسٹی میں داخل ہو گیا، یونیورسٹی میں تعلیم حاصل کرنے کے لیے اسے زیادہ محنت نہیں کرنی پڑی کیونکہ وہ پہلے ہی میراثی جانتا تھا ساتھ ہی حساب الجواب اور فلکیات سے بھی واقف تھا۔ یونیورسٹی میں اسے ایک شاندار ذہن کا اسٹوڈنٹ کہا جاتا۔ ابھی میشل سولہ برس کا نہیں ہوا تھا لیکن جہاں تک اس کی علمی قابلیت کا تعلق تھا تو وہ اس وقت اس ادارے میں پڑھانے والے اساتذہ سے بھی زیادہ تھی۔ خاص طور سے زبانوں پر

میور نے میشل کے اساتذہ کو بھی حیران کر دیا تھا۔ یونیورسٹی ہی میں روکر اس نے قدیم عبرانی سری غنوم کا مطالعہ شروع کیا، ساتھ ہی دو زبانیں بھی پڑھ رہا تھا۔ عبرانی پر اسے دس سال کی عمر میں عبور حاصل ہو گیا تھا اور پھر اس نے لاطینی اور یونانی زبانیں سیکھیں کیونکہ یورپ میں پائی جانے والی تمام کتابیں ان دو زبانوں میں تھیں۔ فرانسیسی زبان اگرچہ دلکشی میں ان زبانوں پر فوقیت رکھتی تھی لیکن ابھی اس میں ذخیرہ غنوم منتقل نہیں ہوا تھا۔ اس لیے کسی غنوم کو مکمل سیکھنے سے پہلے ان زبانوں پر عبور حاصل کرنا لازمی تھا۔ یونیورسٹی کی لائبریری میں میشل نے جن جن کتب اور فنکیات کے موضوع پر ملنے والی ہر کتاب پڑھ ڈالی تھی اور سولہ سال کی عمر میں وہ اس قابل ہو گیا تھا کہ کسی بھی فرد کے مستقبل کے بارے میں پیش گوئی کر سکتا تھا۔ 1520ء میں میشل ستر و سال کا ہوا تو اسے یونیورسٹی کی طرف سے Maître des Arts (پائی اسٹوڈنٹ) کی سند ملی، جس میں اسے حق دیا گیا کہ وہ ان کے اسٹوڈنٹوں میں حروف اور فلسفے کی تعلیم دے سکتا ہے۔ لیکن ایوگن نون میں میشل کا دل نہیں اچھا اور اس نے بعد میں ماہر تسمینہ کے اسٹوڈنٹ آف میڈیسن میں داخلہ لے لیا۔



جیسے جیسے میشل نوجوانی کی طرف بڑھ رہا تھا اس کی پیش گوئی کی صلاحیت بھی بڑھ رہی تھی۔ پہلے وہ یہ کام سب سے پہلے کرتا تھا لیکن اب وہ ذرا سی کوشش کے بعد کسی شخص کے بارے میں پیش گوئی کرنے کا اہل ہو گیا تھا۔ اس نے اپنی پہلی اہم پیش گوئی اسی دور میں کی تھی۔ ستر و سال کی عمر تک میشل کا رجحان مذہب کی طرف بہت زیادہ ہو گیا تھا اب اس کا اثر قریب وقت

www.paksociety.com

چرچ میں گزر رہا تھا۔ وہ ایک موقع پر مقامی چرچ میں موجود تھا اور اپنے ایک دوست سے بات کر رہا تھا کہ اس کی نظر چرچ کے کنوئیں سے پانی نکالتے ایک راہب پر گئی اور وہ کچھ دیر اسے دیکھتا رہا۔ اس نے اپنے دوست سے اس کے بارے میں پوچھا تو اس نے بتایا کہ یہ مقامی نوجوان راہب چرچ کے خدمت کاروں میں شامل ہے۔ میشل ڈی ناسٹر ڈیس اس کی طرف بڑھا اور اس نے پانی پیتے ہوئے راہب کا جھک کر دامن چوم لیا۔ دو ناسٹر ڈیس کی اس حرکت سے حیران ہوا تھا اور اس نے پوچھا۔ ”نوجوان تم نے ایسا کیوں کیا ہے.....؟“ اس نے جواب دیا۔ ”میں نے پوپ سے دامن کو بوسہ دیا ہے۔“

فلپیگ پر رتی نالی یہ راہب ناسٹر ڈیس نے اس جواب پر مزید حیران ہوا تھا کیونکہ وہ اس وقت نالی بائیس سال کا تھا اور مقامی چرچ کا ایک ”مونیئر“ نہایت گار تھا۔ پوپ بننا تو بہت دور کی بات ہے، اس نے کبھی مقامی چرچ کا پادری بننے کا بھی نہیں سوچا تھا۔ نین بر سوں بعد جب ناسٹر ڈیس دنیا سے رخصت ہو چکا تھا تو فلپیگ پر رتی نالی اس راہب نے وہ نیکیوں میں چین دیں پوپ کی حیثیت سے قدم رکھا تھا۔ ناسٹر ڈیس نے یہ حیرت انگیز پیش گوئی نصف صدی سے زیادہ عرصہ گزر جانے کے بعد پوری ہوئی تھی اس لیے اس وقت اس نے کوئی اہمیت حاصل نہیں کی تھی مگر وہ ف پوپ اور ناسٹر ڈیس نے اس نے چند جاننے والوں تک محدود رہا تھا۔



1526 میں، شیر میں لوگوں پر فسادات کی وجہ سے، پروفیسر زکواسباق کو روکنے کے لئے مجبور کیا، یونیورسٹیاں بند کر دی گئیں۔ اس دوران ناسٹر ڈیس

تھوڑی دیر مائیسٹر یونیورسٹی سے دور رہا۔ وہ تین سال کے بعد یونیورسٹی میں واپس آیا۔ ساتھ یورپ میں طاعون کی وبا پھیلنے لگی، وہ قدیم طب کے اصولوں کو جانتا تھا، اس لیے طاعون کے علاج کے لیے کچھ آسان ادویات تیار کرنے کا طریقہ سیکھتا رہا۔ ماؤنسٹیلیر سے تین سال بعد اسے میڈیکل کی ابتدائی ڈگری Red Toga ملی۔ یہ ڈگری حاصل کرنے والا کسی ڈاکٹر کی زیر نگرانی طبی پریکٹس کر سکتا تھا۔ یعنی ڈاکٹر بننے سے پہلے جو عملی تجربہ درکار ہوتا ہے وہ حاصل کر سکتا تھا۔

عام طور سے ابتدائی ڈگری لینے والے طلبہ کسی شہر کا رت کرتے تھے اور آگے تعلیم حاصل کرنے سے پہلے امراء کا علاج کر کے دولت کماتے تھے۔ لیکن اپنے ساتھیوں کے برعکس میشل ڈی ناسٹر ڈیس نے فرانس کے ان غریب ترین دیہات کا رت کیا جہاں ان دنوں طاعون کی وبا عام تھی اور خاص طور سے سیاہ طاعون لوگوں کو موت کے منہ میں دھکیل رہا تھا۔

میشیل نے ان غریب اور بیمار دیہاتوں کا اتنی دن جتنی سے جان کیا کہ وہ ان علاقوں میں ولی مشہور ہو گیا۔ اس موڈی مرض کے علاج کے لیے میشل نے اپنی طبی ذہانت استعمال کی اور خاص طور سے سیاہ طاعون کے علاج میں کچھ ایسے طریقے استعمال کیے جس سے بہت سارے مریض بچ گئے جبکہ سیاہ طاعون کو یقینی موت کہا جاتا تھا۔ آنے والے تین سال تک میشل وہیں رہا اور اس دوران میں اس نے اپنے علاقے میں اس وبا پر خاصی حد تک قابو پالیا تھا۔ وہ واپس آیا تو ڈاکٹر کی ڈگری اس کا انتظار کر رہی تھی۔ سیاہ طاعون کے علاج میں اس کی وضع کی ہوئی ترکیبیں بہت کارآمد ثابت ہوئی تھیں اور اس کی واپسی سے پہلے یہ خبر ماؤنسٹیلیر کے اسکول آف میڈیسن تک پہنچ گئی تھی۔ اس کا

پر جوش استقبال کیا گیا اور اسے پورے اعزاز کے ساتھ ڈاکٹر کی ڈگری سے نوازا گیا۔ ڈاکٹر کی ڈگری حاصل کرنے کے بعد اس نے اپنا نام میٹیل کے بجائے، خاندانی نام نوسٹرے ڈیم سے اخذ کر کے خود کو نوسٹرے ڈیمس کہلانا شروع کر دیا۔

مادنتھ پیلیئر میڈیکل اسکول کی انتظامیہ نے اس سے درخواست کی کہ ایک سال کے لیے اسکول میں لیکچرر کے طور پر کام کرے اور اپنا طریقہ علاج نئے ڈاکٹروں کو سکھائے۔ ناسٹرے ڈیمس نے یہ درخواست قبول کر لی اور اسکول آف میڈیسن میں ایک سال تک نئے طلباء کو پڑھاتا رہا۔ یہ اس کے لیے کامیابیوں اور خوشیوں کا دور تھا۔ اس نے نہ صرف ہزاروں افراد کی جان بچائی تھی بلکہ دوسروں کو بھی اس موذی مرض سے محفوظ رکھنے کے طریقے بتائے۔ یہاں اسے عزت اور مقام ملا جبکہ ابھی اس کی عمر صرف چھبیس سال تھی۔ ایک سال بعد وہ واپس جا رہا تھا تو اسکول کی جانب سے اعزازی فیلو کا سرٹیفکیٹ پیش کیا گیا تھا۔



یہ کہنا مشکل ہے کہ ناسٹرے ڈیمس کب باقاعدہ پیش گو بنا کیونکہ وہ اب تک غیر سنجیدہ تھا۔ اس نے جو اکاڈمک پیش گوئیاں کی تھیں وہ ابھی بنا سوچے سمجھے اور بے اختیار کی تھیں۔ جیسے فلیپی پریتی کے پوپ بننے کی پیش گوئی۔ اسی طرح اس نے مادنتھ پیلیئر میں ایک استاد جان گریفتی کے بارے میں پیش گوئی کی کہ وہ جلد تامل ہونے کی وجہ سے اسکول سے نکال دیا جائے گا۔ ناسٹرے ڈیمس کی پیش گوئی پر چراغ پا جان گریفتی نے انتظامیہ سے اس کی شکایت کر دی اور جب انکو انری ہوئی تو ہٹا چلا کہ اس نے اپنی تعلیمی قابلیت کے بارے میں جھوٹ بولا تھا اور وہ اتنی استعداد نہیں رکھتا کہ اسکول میں طلباء کو

پڑھائے۔ جان گریفتی کو تامل قرار دے کر اسکول سے نکال دیا گیا۔ یوں ناسٹرے ڈیمس کی یہ پیش گوئی درست ثابت ہوئی۔

تیس سے چھبیس سال کی عمر تک ناسٹرے ڈیمس کا دھیان مکمل طور پر اپنی تعلیم اور مریضوں کے علاج پر رہا تھا اس دوران میں اس نے اپنی پیش گوئی کی صلاحیت کی طرف خاص توجہ نہیں دی تھی۔ مادنتھ پیلیئر سے بوڈیوکس Bordeaux اور تولوسی Toulouse واپس آنے کے بعد ناسٹرے ڈیمس نے بطور ڈاکٹر پریکٹس شروع کی، 1531ء میں نوسٹرے ڈیمس کو محقق ڈیویس اسکالیر Julius Scaliger نے اپنے شہر اجین Agen میں طبی پریکٹس کے لیے مدعو کیا اور یہیں اس کی ملاقات ایک نوجوان خاتون، ہینری ڈی انکوس Henriette d'Encausse سے ہوئی۔ ان میں تعلق اتنی تیزی سے بڑھا کہ انہوں نے جلد 1534ء میں شادی کر لی۔ اس نے ناسٹرے ڈیمس کے دو بیٹوں کو جنم دیا۔ بد قسمتی سے مختصر سے عرصے کے بعد 1537ء میں ناسٹرے ڈیمس کی بیوی اور دونوں بیٹے سیاه طاعون میں مبتلا ہو گئے۔ ناسٹرے ڈیمس کے بیوی بچے کس طرح اس بیماری میں مبتلا ہوئے تھے اس کی کوئی وضاحت موجود نہیں ہے۔ کیونکہ ناسٹرے ڈیمس اس مرض کے علاج کا ماہر تھا اور ہزاروں مریضوں کو بچا چکا تھا مگر وہ اپنے بیوی بچوں کو نہیں بچا سکا۔

بہر حال ناسٹرے ڈیمس کے لیے یہ بہت بڑا صدمہ تھا۔ اس کا کل اثاثہ اس کے یہی بیوی بچے تھے۔ کہا جاتا ہے اس کے بعد ہی وہ دنیا سے دل برداشتہ ہو گیا تھا اور اس نے اپنی توجہ باطنی دنیا کی طرف کر لی تھی اور اس وقت اس کی پیش گوئی کی صلاحیت ابھر کر سامنے آئی۔ (حبابی ہے)



میراثہ کا اثاثہ

سفر

ٹرین کے اس کپارٹمنٹ میں میرے سوا کوئی مسافر نہیں تھا۔ پچھلے ڈیڑھ گھنٹے سے میں نے اتنے بڑے کپارٹمنٹ میں اکیلے ہی سفر کیا تھا۔ مجھے امید تھی کہ چند منٹ بعد جب یہ ٹرین ایک اور چھوٹے سے اسٹیشن پر ٹھہرے گی تو وہاں سے کچھ مسافر اس کپارٹمنٹ میں ضرور سوار ہوں گے اور یہ، جان لیوا سکوت ٹوٹ جائے گا۔

مجھے شانو سے ملے ہوئے تقریباً ڈیڑھ گھنٹہ ہو گیا تھا اور اب ٹرین روہتا Rohana اسٹیشن کی



تحریر: رسکن بونڈ
ترجمہ: یعقوب جمیل

حدود میں داخل ہو رہی تھی۔ اس اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر بھی مسافروں کا رش نہیں تھا۔ لیکن میری امیدیں خاک میں ملنے سے بچانے کے لیے، ایک مسافر میرے کپارٹمنٹ میں سوار ہو ہی گیا۔ یہ ایک نو عمر لڑکی تھی۔ اس لڑکی کو رخصت کرنے اس کے والدین اسٹیشن تک آئے تھے، ایک ادھیڑ عمر عورت اور ایک ادھیڑ عمر مرد۔

اس روٹ پر چلنے والی گاڑیاں زیادہ تر خالی ہی آتی جاتی ہیں۔ اس کی وجہ شاید یہ ہے کہ شالو نامی یہ اسٹیشن بہت چھوٹا سا ہے۔ اس کے آس پاس مختصر آبادیوں والے چھوٹے دیہات آباد ہیں۔ شالو اسٹیشن کے ارد گرد کے دیہات غریب اور محنت کش آبادیوں پر مشتمل ہیں۔ ڈھور مولیٰ پالنا

وہ عورت بار بار لڑکی کو تاکید کرتے ہوئے کہہ رہی تھی۔ ”دیکھو بیٹی، اپنا بہت خیال رکھنا، اپنا بیگ اپنے پاس ہی رکھنا اور ہاں کسی کی وی ہوئی کوئی چیز مت کھانا، صرف دو ڈھائی گھنٹے کا سفر ہے اور....“

”بس بس ماں، مجھے معلوم ہے۔“ لڑکی نے مترنم آواز میں اپنی ماں کی بات کاٹی اور بولی۔ ”میں پہلے بھی تو ایک مرتبہ آچکی ہوں۔“

”وہ تو ٹھیک ہے بیٹی، مگر میں تیری ماں ہوں۔ مجھے فکر تو ہوگی۔“ ادیز عمر عورت نے کہا۔

”اچھا دیکھ، تیرے چاچا چاہتی تھیں لینے کے لیے آئیں گے۔ تیرے بابا نے تیرے ڈبے کا نمبر انہیں بتا دیا ہے۔“

”ٹھیک ہے ماں، اب تم لوگ جاؤ۔“ لڑکی نے کہا۔ ”نرین چلنے والی ہے۔“

مجھے نہیں معلوم کہ وہ لڑکی گوری تھی یا کالی، اس کے بال سنہرے تھے یا سیاہ.... چھوٹے تھے یا لمبے۔ اس نے کون سے کپڑے پہنے تھے اور ان کپڑوں کا رنگ کیسا تھا....؟ میں کچھ بھی تو دیکھ نہیں سکتا تھا۔

تین سال پہلے کی بات ہے کہ میں اور میرا چھوٹا بھائی سڑک کے ایک خوفناک حادثے کی لپیٹ میں آگئے تھے۔ اس حادثے میں میرے چھوٹے بھائی کے ایک پاؤں اور کندھے میں فریکچر ہو گیا جس کی وجہ سے اسے تقریباً چار ماہ تک بستر پر ہی پڑا رہنا پڑا تھا۔ جبکہ میرے سر کے جھپٹے مجھے پر لگنے والی زبردست چوٹ نے میری برائائی چھین لی تھی اس لیے میں نہیں بتا سکتا کہ وہ لڑکی دیکھنے میں کیسی تھی....؟

لیکن میں نے یہ اندازہ تو لگائی لیا تھا کہ لڑکی نے اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے ہیں کیونکہ جب وہ

کمپارٹمنٹ میں داخل ہونے کے بعد کسی سیٹ پر بیٹھنے کے لیے آگے بڑھی تو اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ سے ہی میں سمجھ گیا کہ ایسی آواز اونچی ایڑی والے سینڈل کی ہی ہو سکتی ہے۔

میں اس کا چہرہ تو نہیں دیکھ سکتا تھا لیکن اس کی کھٹکتی ہوئی سریلی آواز سن کر یہ اندازہ قائم کر لیا تھا کہ اپنی آواز کی طرح لڑکی بھی بہت خوبصورت ہوگی۔

چند منٹوں تک رہتے رہنے کے بعد جب ٹرین کی رفتار میں تیزی آگئی تو میں نے اپنی جگہ پر بیٹھے بیٹھے ہی کہا۔ ”کیا آپ میسوری Mussoorie جا رہی ہیں یا دہرہ دون Dehradun تک کا ہی سفر ہے....؟“

میں شاید کمپارٹمنٹ کے کسی اندھیرے گوشے میں بیٹھا تھا کیونکہ میں نے محسوس کیا کہ میری آواز سن کر وہ بری طرح چونک پڑی تھی۔ وہ کمپارٹمنٹ میں آنے کے بعد سے اب تک مجھے دیکھ نہیں پائی تھی۔ وہ بولی تو حیرت اس کی آواز سے مترشح تھی۔ ”ارے.... مجھے تو معلوم ہی نہیں تھا کہ یہاں کوئی اور بھی ہے! میں تو سمجھی تھی کہ میں اکیلی ہی ہوں۔“

”ہاں، اکثر ایسا ہو جاتا ہے۔“ میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”مثال کے طور پر جب آنکھوں کے آگے اندھیرا چھا جاتا ہے تو آدمی سامنے کی چیز بھی دیکھ نہیں پاتا۔“

”نہیں، یہ بات نہیں ہے۔“ اس کی آواز کی جھنکار میری سماعت سے ٹکرائی۔ ”اصل میں جس جگہ آپ بیٹھے ہیں، اس طرف میں نے نظر ہی نہیں ڈالی تھی.... سو رہی۔“

”نہیں.... نہیں.... اس میں سو رہی کرنے کی

نہیں

کیا بات ہے....؟“

میں جلدی سے بولا۔ ”پہلے پہل تو میں نے بھی آپ کو نہیں دیکھا تھا لیکن میں نے آپ کو اندر داخل ہوتے ہوئے سا ضرور تھا۔“

یہ بات میں بے دھیانی میں کہہ گیا تھا لیکن بات منہ سے نکل چکی تھی۔ اس لیے مجھے ڈر لگ رہا تھا کہ میری اس بات سے وہ سمجھ گئی ہو گی کہ میں ایک ناپسند شخص ہوں۔ یہی میں نہیں چاہتا تھا کہ وہ لڑکی مجھے ناپسند سمجھ کر تمام راستے مجھ سے حد ردی کرتی رہے۔ ر اسی لیے میں سوچ رہا تھا کہ جلد بازی میں جو کچھ بات میرے منہ سے نکل چکی ہے اسے ہنسی مذاق اڑایا جاسکتا ہے۔ لیکن اگر میں اسی ایک جگہ پر دبکا بیٹھا رہا تو اسے ضرور یہ یقین ہو جائے گا کہ میں کوئی معذور آدمی ہوں۔ اس بات کا خیال آتے ہی میں نے تیزی سے اپنی سیٹ پر پہلو بدلا اور ٹھٹھنے کی کوشش کر ہی رہا تھا کہ لڑکی نے کہہ۔ ”میں سہارن پور Saharanpur اتر جاؤں گی.... اسٹیشن پر میرے چاچا چاچی مجھے لینے آئیں گے۔ ویسے آپ کہاں جائیں گے....؟“

میں پھر اپنی سیٹ پر چپک گیا اور بولا۔ ”پہلے دہرہ دون۔ وہاں ایک دو روز ٹھہر کر میسوری چلا جاؤں گا۔“

”اوہ.... آپ تو واقعی بڑے خوش نصیب ہیں۔“ وہ پڑ مسرت لہجے میں بولی۔ ”میری بڑی خواہش ہے میسوری جانے کی۔ مجھے پہاڑی علاقے بہت پسند ہیں۔ اونچی اونچی پہاڑیوں کے درمیان گھومتا مجھے بہت اچھا لگتا ہے۔ سنا ہے کہ اکتوبر کے مہینے میں میسوری کے پہاڑوں پر بہار آ جاتی ہے۔“

”ہاں، یہ بہت اچھا موسم ہوتا ہے۔“ میں نے

کہا اور اچانک ہی میری بے نور آنکھوں کے پیچھے میسوری کے وہ خوب صورت مناظر ناپننے لگے جو میں نے ماضی کے اچھے دنوں میں دیکھے تھے۔

ہری بھری وادیاں، رنگ بہ رنگے پھولوں کی بہار.... اونچے اونچے پہاڑ اور ان کی سنگلاخ کوکھ سے نکلتے گنگناتے جھرنے۔

یہ سارے دلکش مناظر میری یادوں میں تازہ ہوتے رہے پھر میں نے دھیمی آواز میں کہہ۔ ”اس موسم میں وہاں کا ایک ایک منظر آنکھوں کے راستے دل میں اتر جاتا ہے۔ پہاڑوں کی چوٹیاں بھی رنگ بہ رنگے جنگلی پھولوں سے ڈھک جاتی ہیں، صبح کی ہلکی ہلکی نرم و صوب بہت بھلی لگتی ہے اور رات کے وقت سلگتی ہوئی آگے ٹھٹھنے کے سامنے بیٹھ کر گرم گرم کھانے کھانے کا لطف ہی سمجھ اور ہوتا ہے۔ اس وقت تک، وہاں آئے ہوئے زیادہ تر سیارے واپس چلے جاتے ہیں۔ ان کے جانے کے بعد وہاں کے ہوٹل اور سڑکیں خالی خالی سی ہو جاتی ہیں۔ جس کی وجہ سے وہاں کا ماحول اور بھی زیادہ حسین اور پرسکون ہو جاتا ہے۔“

میں اتنی ساری باتیں کہہ گیا تھا لیکن وہ بالکل خاموشی تھی۔ اس نے نہ تو درمیان میں کچھ کہا اور نہ ہی کچھ پوچھا۔ اس پر مجھے حیرت ہو رہی تھی اور میں یہ سوچنے پر مجبور ہو گیا تھا کہ یا تو میری باتوں نے اس کے جذبات کو کچھ زیادہ ہی متاثر کیا ہے، یا پھر شاید وہ مجھے کوئی پریم دیوانہ سمجھ بیٹھی ہو گی۔ جب وہ ذرا دیر بعد بھی کچھ نہیں بولی تو ٹھیک اسی وقت میں ایک مرتبہ پھر غلطی کر بیٹھا یعنی اس سے پوچھ لیا۔

”آپ چپ کیوں ہو گئیں....؟ لگتا ہے، باہر کے

مناظر نے آپ کی توجہ ہٹا دی ہے۔ ذرا بتائیے، کیا منظر ہے باہر کا....؟

یہ میں نے پوچھ تو لیا مگر پھر فوراً ہی مجھے اپنی حماقت پر غصہ آیا اور مجھے لگنے لگا کہ اس مرتبہ میرا راز فاش ہو کر ہی رہے گا اور یہ لڑکی جان جائے گی کہ میں ناپید ہوں۔

لیکن ایسا کچھ نہیں ہوا۔ قسمت نے ایک مرتبہ پھر میرا راز فاش ہونے سے بچا لیا۔ لڑکی کو نہ تو میرے اس سوال پر کوئی حیرت ہوئی اور نہ ہی اس نے اس کا کوئی نوٹس لیا۔ میں نے سکون کا سانس لیا۔

چند لمحوں کے سکوت کے بعد لڑکی نے اپنی خاموشی توڑتے ہوئے کہا۔ ”کتنی اچھی ہوا چل رہی ہے۔ آپ کھڑکی کے قریب کیوں نہیں بیٹھتے....؟“

”بات دراصل یہ ہے کہ ہوا کے ساتھ دھول

مٹی بھی بہت آتی ہے۔“ میں نے اپنا عیب چھپانے

رکھنے کی کوشش کرتے ہوئے کہا اور اس کے ساتھ

ہی دھیرے دھیرے سرکتا ہوا کھڑکی کے پاس آگیا

اور ایک ہاتھ سے ٹول کر دیکھ لیا کہ کھڑکی کھلی ہوئی

ہے یا نہیں....؟ کھڑکی کا شیشہ اوپر اٹھا ہوا تھا، میں

نے جلدی سے اپنا چہرہ کھڑکی کے فریم کی جانب

کر لیا۔ اب کوئی بھی دیکھنے والا مجھے دیکھ کر یہی سمجھے گا

کہ میں باہر کے نظاروں سے لطف اندوز ہو رہا ہوں۔

حالانکہ ایسی کوئی بات نہیں کیونکہ میرے لیے جس

طرح کمپارٹمنٹ کے اندر اندھیرا تھا ویسا ہی اندھیرا

باہر بھی تھا۔

میں اپنے تصور کی آنکھ سے باہر کی ہر چیز کو پیچھے

کی طرف بھاگتے دیکھ رہا تھا۔ ذرا دیر تک تو میں باہر

دیکھتے رہنے کا ڈھونگ کرتا رہا پھر اپنی گردن اندر کی

جانب موڑ کر بولا۔

”آپ نے دیکھا کہ بجلی کے کھمبے اور درخت

وغیرہ کتنی تیزی سے پیچھے بھاگ رہے ہیں....؟“

”ہاں، لیکن ہم اپنی جگہ پر اسی طرح موجود

ہیں۔“ لڑکی نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”ٹرین کے سفر میں

ہمیشہ ہی ایسا ہوتا ہے.... ہے نا....؟“

”ہاں۔“ میں نے کہا پھر کھڑکی کے سامنے سے

چہرہ ہٹا کر لڑکی کی طرف کر لیا اور تھوڑی دیر اسی

طرح بیٹھا رہا تاکہ لڑکی سمجھے، میں اس کی طرف دیکھ

رہا ہوں۔

”آپ کے چہرے کے خدو خال بہت دلکش

ہیں، آپ سچ کچھ بہت ہی خوبصورت ہیں۔“ میں نے

اچانک ہی کہہ دیا کیونکہ اب میں کافی نڈر ہو گیا تھا۔

مجھے دل ہی دل میں خوشی ہو رہی تھی کہ میں ابھی تک

اپنی اداکاری میں کامیاب رہا ہوں اور لڑکی کو ابھی تک

یہ معلوم ہی نہیں ہوا ہے کہ میں ناپید ہوں۔

اس کے حسن کی تعریف میں جو الفاظ میرے

منہ سے نکل گئے تھے انہوں نے لڑکی پر ایک گہرا اور

خوش گوار اثر ڈالا تھا۔ بہت کم لڑکیاں ایسی ہوتی ہیں

جو خوشامد کو اور اپنے حسن کی تعریف کو پسند نہیں

کرتیں.... اور ان سے بھی کم ایسی لڑکیاں ہوں گی

جو خود کو حسین نہ سمجھتی ہوں! ورنہ زیادہ تر تو یہ چاہتی

ہیں کہ کوئی ان کی طرف دیکھے تو پھر دیکھتا ہی رہے۔

میری ہم سفر لڑکی بھی اپنی تعریف سن کر خوش ہوئی

تھی تبھی دھیرے سے ہنس کر بولی۔

”آپ کی بات مجھے بری نہیں لگی۔ بڑے مزے

کی بات کہی ہے آپ نے۔ ویسے جو کوئی بھی مجھ سے

تھوڑی دیر باتیں کر لیتا ہے وہ یہی کہتا ہے آپ بہت

شکریہ

انگریزی زبان کے معروف ادیب، رسکن بونڈ Ruskin Bond کو ہندوستانی ادیبوں اور بچوں کے مصنفین اور ایک اعلیٰ ناول نگار میں ممتاز مقام حاصل ہے۔ 81 سالہ رسکن بونڈ گزشتہ 6 دہائیوں سے کہانیاں لکھ رہے ہیں اور اب تک ان کی 500 سے زائد کہانیاں شائع ہو چکی ہیں اور 150 ناول اور دوسری کتابیں بھی منظر عام پر آچکی ہیں۔ آپ کے تین ناولوں کو فلم کے قالب میں ڈھالا گیا، جو ”جنون (1978)“، ”ویلیو امبریل (2005)“ اور ”7 خون معاف (2011)“ کے نام سے ہیں۔



آپ 19 مئی 1934ء میں بھارتی ریاست ہماچل پردیش کے شہر کسول میں ایک اینگلو انڈین گھرانے پیدا ہوئے۔ آپ کی والدہ ایڈ تھ کلا رکن کا تعلق کراچی سے اور والد الیکٹرینڈر بونڈ بنگال سے تھے، آپ کا بچپن وجے نگر، گجرات اور شملہ میں گزرا، لیکن والد کی وفات کے بعد دہرہ ڈون (بنگلہ) منتقل ہو گئے۔ کالج کے دنوں میں کہانیاں لکھی اور کئی لٹریچر پرائز حاصل کئے، اعلیٰ تعلیم کے لیے لندن چلے گئے جہاں ان کا پہلا ناول The Room on the Roof شائع ہوا، جو انہوں نے 17 برس کی عمر میں لکھا تھا، اس ناول پر انہیں Llewellyn Rhys پرائز سے نوازا گیا۔ واپس پر انہوں نے چند سال دہلی اور دہرہ ڈون میں



صحافت کا شعبہ اپنایا پھر میسوری میں بطور ادیب باقاعدہ کہانیاں لکھنا شروع کیں۔ رسکن بونڈ کو اعلیٰ معیار کی مخصوص خدمات کے لیے سال 2014ء میں بھارتی حکومت کی طرف سے اعلیٰ ترین شہری ایوارڈ پدم بھوشن سے نوازا گیا، اس سے قبل انہیں 1999ء میں پدم شری اور 1992ء میں سامتہ آئیدی ایوارڈ بھی مل چکا ہے۔

یہ کہانی رسکن بونڈ کی ایک مختصر انگریزی کہانی The Eyes Have It (آنکھیں یہ جہت) کا ترجمہ ہے، جو کہانیوں کے مجموعہ A Night Train at Deoli اور Contemporary Indian English Stories میں شائع ہوئی

تھی۔ یہ کہانی The Girl on the Train اور The Eyes Are Not Here کے نام سے بھی مشہور ہے۔

نے مسکراتے ہوئے کہا۔ ”اس میں تنگ آجانے والی بات کون سی ہے...؟ جب چاند لگتا ہے تو دنیا دیکھتی ہے۔ لوگ بالکل ٹھیک کہتے ہیں، آپ صرف حسین نہیں ہیں... آپ کے چہرے کے خدو خال بہت دلکش ہیں۔ اس پر سونے پر سہاگا آپ کی مترنم آواز! جب آپ بولتی ہیں تو لگتا ہے، کسی مندر میں گلی

خوبصورت ہیں اور سچ بات یہ ہے کہ اپنی تعریفیں سن کر میں تنگ آگئی ہوں۔“

اس کی بات سن کر میں سمجھ گیا کہ یہ لڑکی واقعی خوبصورت ہے ورنہ جن لوگوں نے اسے دیکھ کر خوبصورت کہا ہے وہ سب تو میری طرح اندھے تو نہیں ہوں گے۔ اس بات کا یقین کر لینے کے بعد میں

بے شمار نفرتی گھٹیوں کی جھٹکار سنائی دے رہی ہے....“

”بس بس، رہنے دیں۔“ اس نے پھر ہنستے ہوئے کہا۔ ”مجھے تو آپ شاعر لگ رہے ہیں۔ لیکن جو کچھ بھی ہیں، آدمی آپ بہت دلچسپ ہیں۔ آپ کے ساتھ باتیں کر کے کوئی شخص بور نہیں ہو سکتا۔ میں سچ کہتی ہوں، آپ کی باتیں مجھے بہت اچھی لگتی ہیں۔“

”اور مجھے آپ کی آواز بہت اچھی لگی ہے۔“ میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”کیونکہ اس کی کوئی اور خوبی یا خامی تو میں نے دیکھی نہیں تھی۔ ایک آواز ہی تھی جسے میں نے اپنے دل کے اندر تک محسوس کیا تھا۔“

”آپ کی شادی ہو چکی ہے....؟“ بکا ایک اس نے سنجیدہ سے لہجے میں پوچھا اور پھر فوراً ہی کہا۔ ”سوری، میں نے ایک نئی سوال پوچھ لیا ہے۔“

”نہیں.... نہیں سوری کرنے کی ضرورت نہیں ہے۔“ اس نے پھر اپنا سوال دہرایا۔

میں نے ہنستے ہوئے کہا۔ ”اگر میں کہوں کہ نہیں ہوئی ہے تو....؟“

”تو میں پوچھوں گی کہ کیوں نہیں ہوئی....؟“ وہ بھی ہنس کر بولی۔

”اصل میں ابھی تک کسی خڑکی نے مجھے پسند ہی نہیں کیا۔“ میں بولا۔ ”یا یوں کہہ لیجئے کسی نے میرے چوکھٹے پر توجہ ہی نہیں دی ہے۔“

”ایسا کیسے ہو سکتا ہے....؟“ وہ فوراً ہی بولی۔

”کیا کمی ہے آپ میں....؟ خوبصورت ہیں، جوان ہیں، شریف اور پڑھے لکھے آدمی ہیں۔ مجھے تو آپ میں ایسی کوئی خامی نظر نہیں آتی کہ لڑکیاں آپ کی طرف متوجہ نہ ہوں۔“

”آدمی کو اپنی خامیوں اور خوبیوں کے بارے میں دوسروں سے زیادہ معلوم ہوتا ہے۔“ میں نے گھمبیر لہجے میں کہا۔ ”اور جہاں تک میرا تعلق ہے، میں یہ بات پورے وثوق سے کہہ سکتا ہوں کہ آج کے زمانے کی کوئی بھی لڑکی میرے ساتھ خوش نہیں رہ سکتی۔“

”کیوں....؟“

”کیونکہ یہ جدید اور تیز رفتار زمانہ ہے۔“ میں نے اسی گھمبیر تا سے کہا۔ ”ہر کوئی اپنی توقعات اور خواہشات کے مطابق زندگی گزارنا چاہتا ہے اور زندگی گزارنے کے لیے ہر کسی کو اپنی پسند کے ہمسفر کی تلاش رہتی ہے.... جبکہ مجھ جیسا بے کار اور ست آدمی اچھا ہمسفر ثابت نہیں ہو سکتا۔“

”میں نہیں مانتی۔“ وہ جلدی سے بولی۔ ”میں کہتی ہوں، وہ لڑکی بد نصیب ہی ہوگی جو اپنے جیسے آدمی کو پسند نہ کرے۔“

”نہیں، نہیں اس میں آپ کسی کے نصیب کو الزام نہ دیں۔“ میں بولا۔ ”کیونکہ میں خود سمجھتا ہوں کہ میں جب اپنے شریک سفر کی خواہشات اور توقعات پر پورا ہی نہیں اتر سکتا تو پھر جانتے بوجھتے مجھے کسی کی زندگی برباد نہیں کرنی چاہیے۔ خیر، میری بات چھوڑیے.... آپ بتائیے، کیا آپ شادی شدہ ہیں....؟“

”کیوں....؟“ میں نے چونک کر پوچھا۔ ”میرے خیال سے تو اب تک آپ کی شادی ہو جانی چاہیے تھی۔“

”جی ہاں.... ماں اور باپ بھی یہی چاہتے ہیں۔“ لڑکی نے افسردہ لہجے میں کہا۔ ”لیکن یہ زندگی بھر کے

رومانٹک

جواب میں مجھے کہنے کا موقع ہی نہیں ملا۔ رفتار دھیمی کرتی ٹرین نے ایک طویل واصل بجائی اور میرے الفاظ منہ میں ہی رو گئے۔

ٹرین پلیٹ فارم سے نکلنے ہی اسٹیشن پر پہنچ سی گئی۔ اترنے اور چڑھنے والے مسافروں کے ساتھ ساتھ قلیوں اور خواہنے والوں کی لمبی جلی آوازوں کا شور سنائی دینے لگا۔

”اچھا، اب میں چلتی ہوں۔“ ٹرین کے رکتے ہی اس نے شاید اٹھتے ہوئے کہا تھا۔ ”آج کا یہ سفر مجھے ہمیشہ یاد رہے گا....“

بولتے بولتے ہی شاید وہ دروازے کی طرف بڑھ گئی تھی۔ کیونکہ میں اس کے سینڈل کی کھٹ کھٹ کی آواز کو دور جاتے سن رہا تھا۔ اچانک مجھے یاد آیا کہ اسے رخصت کرنے کے لیے مجھے دروازے تک تو جانا ہی چاہیے ورنہ وہ سوچے گی کہ میں نے اسے خدا حافظ بھی نہیں کہا۔ اس خیال کے آتے ہی میں تیزی سے اٹھ کھڑا ہوا اور اندازے سے چلتا ہوا دروازے کے پاس آکر کھڑا ہو گیا۔

بچے سے کسی عورت کی آواز آرہی تھی جو شاید لڑکی سے ہی کہہ رہی تھی۔ ”آجاؤ بیٹی.... آج تو ٹرین وقت پر آگئی۔ میں تو سمجھی تھی کہ ہمیشہ کی طرح لیٹ ہوگی۔“

لڑکی نے جواب میں کچھ نہیں کہا۔ وہ عورت پھر بولی۔ ”ذرا سنبھل کر اترنا۔ لو، میرا ہاتھ پکڑ لو۔ اور یہ بیگ مجھے دے دو۔ ایک تو تم نے اتنی اونچی ایڑی کے سینڈل پہن رکھے ہیں کہ....“

”ارے چاچی، کچھ نہیں ہوتا اس سے۔“ لڑکی درمیان میں بول پڑی۔ ”لو یہ بیگ۔“

سفر کا سوال ہے جس کے لیے ایک ایسے مسافر کا ہونا ضروری ہے جو صحیح معنوں میں دکھ سکھ کا ساتھی بن سکے۔ جو زندگی کے طویل راستوں کے اتار چڑھاؤ پر پوری طرح ثابت قدم رہ سکے اور جو مجھ جیسی شریک حیات کو کبھی اپنے اوپر بوجھ نہ سمجھے۔

”بوجھ!“ میں نے چونک کر کہا۔ ”میرے خیال سے تو وہ شخص انتہائی بد نصیب ہو گا جو آپ جیسی شریک حیات کو بوجھ سمجھے گا۔“

”اسی لیے تو میں چاہتی ہوں کہ جو شخص بھی میرا ہاتھ تھام کر میرے ساتھ چلنا چاہیے.... وہ پہلے اچھی طرح مجھے دیکھ لے، سمجھ لے۔ پھر کسی لالچ، کسی دباؤ اور کسی شرط کے بغیر مجھے، میری خوبیوں اور خامیوں سمیت قبول کرے تاکہ دونوں مل کر زندگی کا یہ طویل سفر سکھ و چین سے طے کر سکیں۔“

لڑکی یہ کہہ کر چپ ہو گئی۔ ذرا دیر تک وہ مزید کچھ نہیں بولی تو میں نے کہا۔ ”بڑے اچھے خیالات ہیں آپ کے۔ میری دعا ہے کہ آپ کو ایسا ہی جیون ساتھی ملے۔“

”تھینک یو۔“ لڑکی نے کہا اور پھر دوسرے ہی لمحے چونک کر بولی۔ ”اوہ.... آپ کے ساتھ باتوں میں وقت گزرنے کا احساس ہی نہیں ہوا۔ میرا اسٹیشن آنے ہی والا ہے۔ میں تو سمجھی تھی کہ ٹرین کے ڈبے میں اکیلے بیٹھے بیٹھے ڈھائی گھنٹے گزارنے مشکل ہو جائیں گے لیکن آپ کی خوبصورت باتوں میں میرا سفر بہت آسان کر دیا۔ مجھے آپ سے مل کر سچ سچ بہت خوشی ہوئی۔ اب میں خدا سے یہی دعا مانگا کروں گی کہ وہ لڑکی کو زندگی کے سفر میں آپ جیسا ہی مسافر عطا کرے۔“

”ٹھیک ہے، چلو۔“ عورت نے کہا۔

میں دروازے کے قریب ہی باہر کی جانب منہ کیے کھڑا تھا اور اس وقت مجھے لگ رہا تھا کہ وہ لڑکی جاتے جاتے پلٹ کر میری طرف دیکھ کر ہاتھ ہلا رہی ہے۔ اس کا جواب دینے کے لیے میں نے اپنا ہاتھ اٹھایا ہی تھا کہ یکایک کسی نے اپنا کوئی سامان میرے پیروں کے پاس رکھ دیا۔ ٹرین آہستہ آہستہ ریٹھنے لگی اور ٹھیک اسی وقت ایک مسافر ہانپتا ہوا اندر داخل ہو گیا۔ میں سمجھ گیا کہ اس اسٹیشن سے بھی صرف ایک ہی مسافر اس کپار ٹمٹ میں سوار ہوا ہے اور یہ کوئی مرد ہے۔

میں اپنی سیٹ پر آکر بیٹھ گیا تو اچانک میرا ہاتھ سیٹ پر رکھی ہوئی اپنی سفید فونڈنگ چھڑی سے ٹکرا گیا اور میں بری طرح سے چونک پڑا۔ مجھے یاد آگیا کہ جب میں شالو سے ٹرین میں سوا ہو کر اس سیٹ پر آکر بیٹھا تھا تو میں نے اپنی سفید چھڑی کو فولد کر کے اپنے برابر میں ہی رکھ دیا تھا اور یہ اسی وقت سے اس جگہ پڑی ہے۔ مجھے بھی اب تک اس کا خیال نہیں آیا تھا۔ جبکہ وہ لڑکی بھی اتنی دیر تک میرے سامنے بیٹھی مجھ سے باتیں کرتی رہی تھی۔ ایسی حالت میں یقیناً اس کی نظر میری سفید چھڑی پر پڑی ہوگی اور اسے یہ سمجھنے میں ذرا بھی دیر نہیں لگی ہوگی کہ میں ناچینا ہوں۔

اب میرے ذہن میں یہ سوال اٹھ رہا تھا کہ میری حقیقت جان لینے کے باوجود نہ تو اس نے میری بیٹائی کے بارے میں کچھ پوچھا اور نہ ہی مجھ سے مدد دی کا اظہار کیا بلکہ وہ تو اس خرچ مجھ سے باتیں کر رہی تھی جیسے میں یک نارمل شخص ہوں۔ آخر کیوں....؟

کیوں اس نے میری سفید چھڑی کو دیکھنے کے بعد بھی یہ ظاہر نہیں ہونے دیا کہ اسے میرے ناچینا ہونے کا علم ہو چکا ہے....

کیوں....؟ اس نے ایسا کیوں کیا....؟ میں اس کیوں کا جواب ڈھونڈنے کی کوشش میں کھڑکی کی طرف منہ کر کے بیٹھ گیا۔ اس وقت میں خود کو ایک لٹا ہوا آدمی سمجھ رہا تھا۔ مجھے یوں لگ رہا تھا کہ اس لڑکی کے جاتے ہی میری دنیا لٹ گئی ہو۔ ٹرین کی رفتار تیز ہو گئی تھی۔ سارے مناظر حسب معمول بڑی تیزی سے پیچھے جا رہے ہوں گے۔ میں اس طرح باہر کی طرف منہ کیے بیٹھا تھا جیسے یہ سارے مناظر مجھے نظر آرہے ہوں۔ حالانکہ میرے لیے تو باہر بھی اتنا ہی اندھیرا تھا جتنا کپار ٹمٹ کے اندر تھا۔ اچانک میں نے اپنے پیچھے قدموں کی آہٹ سنی تو میں نے گردن گھمائی۔ میرا نیا ہمسفر ہنستے ہوئے کہہ رہا تھا۔

”ارے جناب.... ہم اتنے بھی بد صورت نہیں ہیں کہ آپ نظر اٹھا کر بھی ہماری طرف نہ دیکھیں۔ ماما آپ کا پہلا ہمسفر بلا کا حسین تھا.... لیکن ایسا بھی کیا کہ دوسرے ہمسفر سے نہ دعا نہ سلام....“

”نہیں، ایسی بات نہیں ہے۔“ میں نے ہنس کر کہا۔ ”وہ لڑکی واقعی بہت اچھی تھی۔“ اتنا کہہ کر میں چپ ہو گیا مگر پھر فوراً ہی پوچھ بیٹھا۔ ”آپ بتا سکتے ہیں اس لڑکی کے بال کیسے تھے....؟ لے تھے یا کٹے ہوئے....؟“

”میں نے اس کے بالوں پر توجہ نہیں دی۔“ اس شخص نے تمہیر سے نیچے میں کہا۔ ”میں تو صرف اس کی آنکھیں دیکھ رہا تھا۔“

ترکمان کا ٹمٹ

نہ ہی اس کی آنکھیں! کیا اتنی دیر آپ سوتے رہے تھے....؟“ بات ختم کر کے وہ بلاوجہ ہنسنے لگا۔

”نہیں، میں سو نہیں رہا تھا۔“ میں مسکرا کر بولا۔ ”بلکہ ہم دونوں تو ایک دوسرے کے سامنے بیٹھے باتیں کرتے رہے تھے۔“

”پھر تو یہ اور بھی حیرت کی بات ہے“ اس نے کہا۔ ”آمنے سامنے بیٹھے رہنے کے باوجود آپ نے کچھ نہیں دیکھا....؟“

”اس میں حیرت کی کوئی بات نہیں ہے جناب۔“ میں نے اسی طرح مسکراتے ہوئے کہا۔ ”میں تو ابھی تک آپ کو بھی نہیں دیکھ پایا ہوں۔“

”کیا....؟“ اس نے چونک کر کہا۔

”جی ہاں۔“ میں نے افسردہ لہجے میں، ٹھٹھری سانس بھرتے ہوئے کہا۔ ”مجھے نہیں معلوم آپ کا رنگ روپ.... آپ کے بال اور آپ کی آنکھیں کیسی ہیں....؟“ یہ کہہ کر میں نے اپنے قریب رکھے ہوئے بیگ کے نیچے ہاتھ ڈال کر اپنی سفید فولڈنگ چھتری نکال کر اس کے سامنے کر دی۔

”اوہ!“ وہ چونک کر بولا۔ ”تو آپ بھی....“

یہاں تک کہہ کر وہ چپ ہو گیا۔

مجھے لگ رہا تھا کہ وہ اپنی پھٹی پھٹی حیرت زدہ آنکھوں سے مجھے دیکھ رہا ہے۔ ترین اپنی رفتار سے بھاگ رہی تھی۔ میں ایک مرتبہ پھر کھڑکی کی طرف منہ کر کے بیٹھ گیا۔ باہر کے سارے ہی مناظر تیزی سے پیچھے کی طرف بھاگ رہے ہوں گے.... لیکن میرے لیے تو باہر بھی، ایسا ہی اندھیرا تھا جیسے کمپارٹمنٹ کے اندر!



”آنکھیں....؟“ میں نے حیرت سے پوچھا۔

”ہاں.... نیلی گہری جھیل سی آنکھیں.... جو

اس کے گلاب جیسے چہرے سے زیادہ خوبصورت تھیں.... میں نے اتنی حسین آنکھیں پہلے کبھی نہیں دیکھیں۔“ اس مسافر نے کہا۔ ”مگر وہ آنکھیں اس کے لیے بالکل بے کار تھیں۔“

”کیا....؟“ میں چونک کر اچھل پڑا۔

”ہاں جناب.... وہ اندھی تھی۔“ مسافر نے ایک گہرا سانس چھوڑتے ہوئے کہا۔ ”ایک عورت اس کا ہاتھ پکڑ کر نیچے اتر رہی تھی۔ تب میں نے دیکھا، وہ اندھی تھی۔ بشر کسی کی مدد کے اس کا کمپارٹمنٹ سے نیچے اترتا بھی محال تھا۔“

”اوہ!“ میرے ہونٹ سکڑ کر رہ گئے۔ پھر اس سے پہلے کہ میں کچھ پوچھتا، وہ بولا۔ ”سوری، میں بیگ سے سگریٹ نکالنا بھول گیا۔ ابھی حاضر ہوتا ہوں۔“ کہہ کر وہ اپنی سیٹ کی جانب بڑھ گیا اور پھر ذرا دیر بعد واپس آکر، شاید سگریٹ کا پیکٹ میری طرف بڑھا کر بولا۔ ”لیجیے سگریٹ۔“

”جی شکریہ۔ میں سگریٹ نہیں چتا۔“ میں نے اس کی طرف چہرہ کر کے جواب دیا۔ اس کے بعد لائٹر کی کلک کی آواز میں نے سنی۔ سگریٹ سلگانے کے بعد وہ اچانک اس طرح بولا جیسے کوئی بات اسے یاد آگئی ہو۔ ”ارے ہاں، ایک بات تو میں آپ سے پوچھنا ہی بھول گیا۔“

”کیا....؟“ میں نے پوچھا۔

”اس لڑکی کے ساتھ آپ نے شاید دو تین گھنٹے کا سفر کیا ہو گا لیکن حیرت کی بات ہے، اس عرصے میں نہ تو آپ نے اس کا رنگ و روپ دیکھا، نہ بال اور

مارچ 2015ء

دو گزر زمین

انسان ارد گرد منڈلاتی اپنی
تمناؤں کی ستلیاں مٹی میں
بڑی تنگ دود کرتا ہے مگر.....

ہاں، یہ تھوڑی سی زمین ہمیں اس سے زیادہ کچھ نہیں
دے سکتی۔ پھر اس کا دل خود ہی جواب دیتا، ہمیں
خوشحال ہونے کے لیے اور زمین خریدنی ہوگی۔

یہی وجہ تھی کہ وہ ہر وقت اپنے کھیت کے

ارد گرد زمین کے کسی چھوٹے

سوتے ٹکڑے کو خریدنے کی

فکر میں رہتا۔ ایک دن اس کی

بوڑھی ہمسائی بابا شیر و کے گھر آئی اور کہنے لگی ”میری

زمین تمہاری زمین کے ساتھ ملتی ہے۔ میں اب

بوڑھی ہو گئی ہوں اور بیٹے کے پاس شہر جا رہی ہوں۔

تم میری زمین خرید لو۔“

بابا شیر و مدت سے یہ زمین خریدنے کے خواب

دیکھ رہا تھا۔ اس نے دوسرے ہی دن منڈی جا کر اپنا

ٹھونڈا، گائے اور بھیڑ بکریاں بیچ ڈالیں اور بوڑھی

ہمسائی کو قیمت ادا کر کے اس کی زمین خرید لی۔

اب بابا شیر و کا کھیت دوسرے کئی کسانوں سے

پھاڑ کے دامن میں ایک چھوٹا سا گاؤں آباد تھا
جس کے کھیتوں میں پتھر زیادہ تھے اور مٹی کم، یہی
وجہ تھی کہ کسانوں کو دن بھر سخت محنت کرنے کے
باوجود زیادہ پیداوار حاصل نہیں ہوتی تھی اور اکثر

کسان غریب ہی تھے۔ ان ہی

میں بابا شیر و بھی شامل تھا جس

کے پاس تھوڑی زمین تھی۔ ایک

ٹھونڈا، ایک دو بکریاں، اور چند بھیڑیں، یہ تھی اس کی

کل کاشت۔ بابا شیر و اس کا بیٹا اور بیوی سارا دن

کھیت میں محنت کرتے تب کہیں جا کر وہ اپنے اور اپنے

موبیشوں کے لیے تھوڑا بہت اناج اور چارہ پیدا کرنے

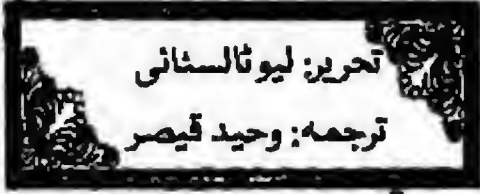
میں کامیاب ہوتے۔

بابا شیر و کبھی کبھی سوچتا، کیا ہم ہمیشہ اسی طرح

غریب رہیں گے....؟ کیا ہمارے پاس کبھی اتنا اناج

پیدا نہ ہو گا کہ ہم اسے منڈی لے جا کر بیچ دیں اور

اپنی ضرورت کے گرم کپڑے وغیرہ خرید سکیں۔



Copy

Много ли человеку земли нужно? یہ روسی کہانی عالمی شہرت یافتہ ادیب لیو ٹالسٹائی نے 1886 میں لکھی تھی، اس کہانی کا دنیا کی بیشتر زبانوں میں ترجمہ ہو چکا ہے، اس کہانی کا انگریزی نام How Much Land Does a Man Need? (ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟) ہے۔ بیسویں صدی کے نصف اول میں یہ کہانی اردو میں کئی مرتبہ منتقل ہوئی۔ کسی نے اس کا نام ”دو ہیکٹار زمین“ اور کسی نے ”دو گز زمین“ رکھا۔



اس کہانی کا مرکزی خیال زمین کے لیے انسان کی ختم نہ ہونے والی ہوس ہے۔ پاکھم Pahom (ترجمہ میں نام بابا شیر و کیا گیا ہے) نامی ایک جذباتی کسان کو زمین خریدنے کا جنون کی حد تک شوق تھا، اسے اطلاع ملتی کہ بہت دور بشکر گاؤں میں بہت اچھی



زمین برائے فروخت ہیں اور وہ بھی نہایت واجبی دامنوں پر، گاؤں والے اسے کہتے ہیں کہ وہ سورج غروب ہونے تک جتنی زمین ملے کر لے گا، وہ زمین اس کے نام کر دی جائے گی۔ یہ سن کر وہ چلنے کے بجائے دوڑنا شروع کر دیتا ہے۔ سورج ڈوبنے تک وہ بہت بڑا رقبہ ملے کر لیتا ہے لیکن اس دوران وہ نڈھال ہو چکا ہے، اتنا نڈھال کہ گر پڑتا ہے اور ختم ہو جاتا ہے تب یہ سوال اٹھایا جاتا ہے کہ ”ایک انسان کو آخر کتنی زمین درکار ہے؟“ اس سوال کا جواب بھی اسی کہانی میں موجود ہے کہ ہر انسان کو زندگی کے اختتام پر صرف دو گز زمین درکار ہوتی ہے جس میں وہ دفن کر دیا جاتا ہے۔

اس کے کھیت میں گھس آئے اور ساری فصل اجاڑ کر رکھ دی۔ دوسرے دن اسی زمیندار کے بیلوں نے بابا شیر و کے باڑے کا جنگھار توڑ دیا۔ شیر و کو سخت غصہ آیا، اس نے زمیندار سے گلہ کیا، تو وہ لڑنے مرنے پر تیار ہو گیا۔ بابا شیر و نے گاؤں کی پہنچایت کے سامنے معاملہ پیش کیا۔ بچوں نے اس کے حق میں فیصلہ دیا اور زمیندار کو بابا شیر و کے نقصان کا معاوضہ ادا کرنا پڑا۔ اس سے آپس کی دشمنی اور بڑھ گئی۔

اس دوران کچھ اور کسان بھی بابا شیر و کو تنگ کرنے لگ گئے تھے۔ ایک کسان نے اپنے کھیتوں تک جانے کے لیے بابا شیر و کے کھیت سے مستقل راستہ بنا

وسیع ہو گیا اور پیداوار بھی خوب ہونے لگی۔ اس نے اپنے لکڑی کے چھوٹے سے گھر کے سامنے خوبصورت پھولوں والا ایک باغیچہ بھی لگا لیا۔ بابا شیر و صبح اپنے گھر کے دروازے پر کھڑے ہو کر دور تک لہلبھاتی ہوئی فصلوں کو دیکھتا، تو اس کی خوشی کا کوئی ٹھکانہ نہ رہتا۔ رفتہ رفتہ اس نے گھوڑے، گائے اور بکریاں بھی خرید لیں اور مویشیوں کا ایک باڑہ بھی بنالیا۔

خوب محنت کرنے کی وجہ سے بابا شیر و جلد دوسرے کسانوں سے مالدار ہو گیا۔ اس کا نتیجہ یہ نکلا کہ کئی لوگ اس سے جتنے اور لڑائی کے بیانے ڈھونڈنے لگے۔ ایک دن ایک زمیندار کے مویشی

زمیندار کا کھیت

نسل کے کئی شامدار گھوڑے تھے جن پر بیٹھ کر اس کے دونوں لڑکے صبح و شام دور دور تک پھیلے ہوئے کھیتوں کے کنارے کنارے گشت کرتے۔ انہوں نے ایک خوبصورت مکان بنایا اور جانوروں کے چرنے کے لیے ایک عمدہ چراگاہ بھی خرید لی۔

بے اندازہ زمین ہونے کے باوجود بابا شیر و کے دل میں یہ خواہش چلتی رہتی کہ اور زیادہ زمین خریدی جائے۔ وہ اکثر اپنی بیوی سے کہتا "میں اس دن مطمئن ہوں گا جب میری نظروں کے سامنے پھیلی ہوئی تمام کی تمام زمین میری ملکیت ہوگی۔ ابھی وہ وقت نہیں آیا کہ جب دریادہ کی منڈیوں میں اناج سے بھر ہوئی میری کشتیاں اتریں گی اور میری چراگاہوں کے جانوروں کے بڑے اچھے دام لگیں گے۔ تب میری دولت کی کوئی حد نہ ہوگی۔" وقت کے ساتھ ساتھ بابا شیر و نے ہر وہ زمین خرید لی جو کوئی فروخت کرنا چاہتا۔ آخر وہ وقت آگیا کہ اب اس کے ہاتھ کوئی کسان اپنی زمین فروخت کرنے کے لیے تیار نہ تھا۔

پھر ایک دن ایسا ہوا کہ بابا شیر و کے گھر ایک اور مہمان آیا۔ وہ گھوڑے پر سوار تھا۔ اس نے بتایا کہ میں باشکر قبیلے سے تعلق رکھتا ہوں اور اپنے سردار کے حکم پر یہ علاقہ دیکھنے کے لیے آیا ہوں۔

"باشکر کون ہیں....؟" بابا شیر و نے پوچھا۔

"یہ ایک بہت مالدار قبیلہ ہے۔ ان کے خاص رسم و رواج ہیں۔ ان کے پاس وسیع و عریض چراگاہیں اور کھیت ہیں۔ چونکہ وہ خود کھیتی باڑی سے دلچسپی نہیں رکھتے اس لیے وہ ہر اس شخص کو اپنی زمین دے دیتے ہیں جو اناج اگانا جانتا ہو۔"

لیا۔ شیر و نے یہ راستہ بند کرنا چاہا تو وہ اور اس کے حمایتی لڑنے کے لیے آگئے۔ پھر ایک دن کچھ شرارتی لوگ رات کے وقت کھاڑے لے کر آئے اور انہوں نے شیر و کی زمین سے پانچ قیمتی پھلدار درخت کاٹ کر گرا دیے۔ شیر و نے یہ معاملہ بھی پتھایت میں پیش کیا مگر یہ ثابت نہ ہو سکا کہ درخت کن لوگوں نے کاٹے ہیں چنانچہ کوئی فیصلہ نہیں ہوا۔

ان سب واقعات سے بابا شیر و کا دل اس گاؤں کے لوگوں سے بڑا اچھا ہو گیا۔ پہلے وہ اکثر سوچتا تھا کہ مزید زمین خرید کر اس گاؤں میں بہت بڑا فارم بنائے گا اور کھیتوں میں مل چلانے کے لیے شیر سے ٹریکٹر خرید لائے گا مگر اب وہ اس گاؤں کو خیر باد کہنا چاہتا تھا۔ اس کی بیوی کا بھی یہی خیال تھا کہ کسی دوسری جگہ چل کر اچھے لوگوں میں رہنا چاہیے۔

ایک دن بابا شیر و کے گھر بہت دور سے ایک مہمان آیا۔ شیر و نے اس کی خوب خاطر مدارت کی۔ رات کو کھانا کھلایا اور گھر میں ٹھہرایا۔ اس شخص نے کہا "اگرچہ میرا گاؤں یہاں سے بہت دور ہے مگر اس کی زمین پتھر لی نہیں بلکہ بہت زرخیز ہے۔ دریا کے کنارے ہونے کی وجہ سے پانی بھی خوب ملتا ہے اور پیداوار بھی بہت ہوتی ہے۔ پھر وہاں کے لوگ بھی بہت اچھے ہیں۔ زمین زیادہ ہے اور آبادی کم، جتنی زمین چاہو خرید لو۔"

یوں بابا شیر و نے اپنی ساری زمین اور مال مویشی فروخت کیے اور نئے گاؤں میں آکر پہلے سے بھی زیادہ گھوڑے، بکریاں، بھیڑیں اور گائیں خرید لیں۔ اب اس کا ہاڑہ مویشیوں سے بھرا رہتا۔ جانوروں کی گنتی کرنا مشکل تھا۔ اس کے پاس اعلیٰ

مارچ 2015ء

لیونا سنائی (9 ستمبر 1828ء - 20 نومبر 1910ء) روس کی ریاست Tula میں
 یسنا یا Yasnaya کے جاگیر دار کے گھر پیدا ہوئے۔ آپ کے والدین بچپن میں
 ہی انتقال کر گئے لہذا وہ ان کے بہن بھائی مختلف رشتہ داروں کے ہاں پرورش
 پاتے رہے۔ بچپن میں فرانسیسی اور جرمن استادوں سے تعلیم حاصل کی، سولہ
 سال کی عمر میں اس نے کازاں یونیورسٹی میں قانون کی تعلیم حاصل کرنے کے
 لیے داخلہ لیا لیکن ان کے اساتذہ انہیں نالائق طالب علم خیال کرتے تھے، ساتھی
 طلباء اور اساتذہ کے منفی رویے کے باعث انہوں نے اپنی تعلیم ادھوری چھوڑ کر آبائی قصبہ یسنا یا لوٹ آئے۔ کئی سال
 تک ماسکو اور پیٹرس برگ میں لوگوں کی سماجی زندگی کا مطالعہ اور کسانوں کی حالت بہتر بنانے کے منصوبے بناتے
 رہے۔ 1851ء میں فوج میں شامل ہو کر ترکوں کے خلاف جنگ میں حصہ لیا لیکن جلد ہی وہ فوجی زندگی سے اکتا گئے
 اور پیٹرس برگ آ گئے۔ آپ نے پہلا ناول 1856ء میں بچپن کے نام سے لکھا لیکن آپ کی شہرت اس وقت پھیلی
 جب اس نے جنگ کی ہولناکیوں کے بارے میں سیوا توپول کی کہانیاں لکھیں۔ پھر مغربی یورپ کی طویل سیاحت کی،
 بعد میں اپنی جاگیر پر واپس آئے کسانوں کے بچوں کی تعلیم و تربیت میں مصروف ہو گئے۔ اس دوران اس نے اپنا زندہ
 جاوید امن اور جنگ War & Peace اور اپنا کریمینا Anna Karenina لکھ کر بے پناہ شہرت حاصل کی۔



1876ء کے بعد سے روسی کلیسا کے جمود زدہ نظریات کے خلاف خیالات آپ کے ذہن میں چھائے رہے اور
 آپ نے عیسائیت کی نشاۃ ثانیہ کا اپنا نظریہ وضع کیا اور انسانی محبت، سکون اور اطمینان قلب اور عدم تشدد کو اپنا
 مسلک قرار دیا، ساتھ ہی ایک اعتراف کے نام سے ایک کتاب لکھی جس میں اپنے نظریات کو پیش کیا اور ذاتی ملکیت
 کے تصور کو روک دیا، انسان سے انسان کے جبر و استحصال کی شدت سے مذمت کی۔ وہ زبان اور قلم سے جمہوریت،
 مساوات اور اخوت کی تلقین کرنے لگے۔ آپ کے انقلابی خیالات روس سے باہر بھی مقبول ہونے لگے لوگوں پر آپ
 کا اثر و سوج اتنا زیادہ تھا کہ روس کی حکومت کو آپ کی سرگرمیوں کی مخالفت کرنے کی جرات نہ ہوئی۔ آپ اپنے
 نظریات کے مطابق زندگی بسر کرنا چاہتے تھے لیکن خاندان کے افراد اس کے مخالف تھے، لہذا دل گرفتہ ہو کر گھر
 چھوڑ دیا اور اپنے حصے کی ساری جاگیر اور دولت کسانوں اور مزدوروں میں تقسیم کر دی، زندگی کے آخری لمحوں تک
 تن کے دو کپڑوں کے علاوہ آپ کے پاس کچھ بھی نہیں تھا۔ آخر کار 20 نومبر 1910ء کو ایک اسٹیشن کے پلیٹ فارم پر
 کسمپرسی کی حالت میں وفات پا گئے۔ شاعر مشرق علامہ اقبال کہتے تھے کہ عیسائی دنیا میں پاکیزہ زندگی، روحانیت،
 ترک و تجرید، درویشی و ایمان کے اعتبار سے آپ جیسی مثال مشکل سے ملے گی۔

وہ تمہیں اس سے بھی بڑا کھیت مٹی کے مول دے

”کیا وہاں بہت زمین ہے۔“

گا۔ راستہ میں تمہیں بتا دیتا ہوں۔“

”ہاں، صرف بہت ہی نہیں بلکہ بہت سستی بھی

دوسرے دن ہا با شیر و نے اپنی تمام دولت سمیٹی

اور تمہاری ان زمینوں سے بہتر بھی۔“

اور بیوی بچوں سے جلد ملنے کا وعدہ کر کے باشکر

”سب میں وہاں ضرور جاؤں گا۔“

علاقے کی طرف چل پڑا۔ روانگی سے پہلے اس نے

”آج ہی ہمارے باشکر سردار سے ملنے چل پڑو۔“

شعرا کا مجموعہ

میری وسیع و عریض زمینیں ہیں اور منڈیاں میرے
نخنے سے ہر وقت بھری رہتی ہیں۔ میرے مویشیوں
کا بھی کوئی حساب نہیں۔“

”خوب! ہمیں اعلیٰ نسل کے گھوڑے اور اناج
کی ضرورت ہے۔“ سردار نے کہا۔ ”اگر تم یہ چیزیں
میا کر سکو تو ہم تمہیں یہاں سے وہاں تک یہ ساری
واوی، یہ تمام علاقہ دینے کے لیے تیار ہیں۔“

”یہ تمام علاقہ! اوہ دور تک یہ ساری زمین....!
آپ مجھے دے دیں گے....؟“ بابا شیر و نے دونوں
ہاتھوں سے اپنے سامنے پھیلی ہوئی زمین کی طرف
اشارہ کرتے ہوئے حیرت سے پوچھا۔

”ہاں۔ یہ ساری زمین حد نظر تک تمہاری
ہوگی۔“

”حد نظر تک میری ہوگی۔“ بابا شیر و کی باتیں
کھل گئیں ”مگر.... مگر.... اس کی قیمت....؟ میں
اپنے ساتھ کافی رقم لایا ہوں سردار!“

”قیمت: غیر دلچسپ نہیں، تمہیں ایک شرط پوری
کرنا ہوگی“ سردار نے کہا۔
”وہ کیا....؟“

”وہ یہ کہ کل صبح سورج نکلنے ہی تم یہاں سے
بائیں سمت چل چڑو اور سامنے پھیلے ہوئے پہاڑی سلسلے
کے ساتھ چلتے ہوئے سورج ڈوبتے ہی یہ سارا نصف
دائرہ مکمل کر کے دائیں جانب سے واپس پہنچ جاؤ۔ اگر
تم ایسا کرنے میں کامیاب ہو گئے تو یہ تمام زمین جس کا
تم احاطہ کرو گے، تمہیں مفت دے دی جائے گی اور
اگر ایسا نہ کر سکتے تو تم شرط پار جاؤ گے اور یہ دولت جو
تم ساتھ لائے ہو، ہماری ہو جائے گی۔“ سردار نے
بابا شیر و کی سکوں سے بھری ہوئی تھیلی کو دیکھتے

اپنے دیوی بچوں سے کہا۔
”اب ہم وہاں چل کر رہیں گے اور ہمارے پاس
اس سے بھی زیادہ زمین ہوگی.... اتنی جتنی کسی کے
پاس نہیں۔ حد نظر تک میرے ہی کھیت پھیلے ہوں
گے۔ تم لوگ میری واپسی کا انتظار کرنا اور ساتھ چلنے
کے لیے تیار رہنا۔“

بابا شیر و نے سفر کے لیے ایک شاندار گھوڑا
اصطبل سے نکالا، دوسرے گھوڑے پر راستے کے
لیے ضروری سامان اور باشکر سردار کے لیے کچھ حقے
تحتائف باندھ لیے اور پھر سفر پر روانہ ہو گیا۔ وہ باشکر
مہمان کے بتائے ہوئے راستے پر تین ہفتے چلتا رہا تمام
راستہ بہت کٹھن اور دشوار گزار تھا آخر کار ایک دن
بابا شیر و اپنی منزل پر پہنچ گیا۔

جس وقت وہ پہاڑ سے اتر کر باشکروں کی واوی
میں داخل ہوا اسے چر اگاہ میں دور تک پھیلے ہوئے
باشکروں کے بانس پھونس سے بنے گنبد نما
جھونپڑے نظر آئے۔ اس اجنبی کو دیکھتے ہی باشکر
قبیلے کے مرد، عورتیں اور بچے اس کی طرف لپکے۔
انہوں نے اس کا گرم جوشی سے استقبال کیا اور اپنے
سردار کے خیمے میں لے گئے جو ایک بند چوٹی پر
نصب تھا۔

”میں نے آپ کے علاقے کی بڑی تعریف سنی
تھی اور یہ بھی سنا تھا کہ یہاں زمین بہت زیادہ اور
بہت سستی ہے“ بابا شیر و نے سردار کے سامنے تعظیم
بجالاتے ہوئے کہا۔

”بے شک“ سردار نے جواب دیا ”کیا تم اناج
پیدا کرنا جانتے ہو....؟“

”جی ہاں۔ یہاں سے دور، دریا کے کنارے

ہوئے کہا۔

”ٹھیک! ٹھیک! مجھے منظور ہے یہ شرط!“

”تو پھر کئی ہو گئی یہ بات!“ سردار نے شیر و کے

ہاتھ پر ہاتھ مارتے ہوئے کہا۔ اگلی صبح منہ اندھیرے ہی قبائلی سردار، اس کے ساتھی اور بابا شیر و مقررہ جگہ پر پہنچ گئے۔ بابا شیر و کو لکڑی کی چھوٹی چھوٹی سرخ تیلیوں کا ایک گٹھا دیا گیا اور ہدایت کی گئی کہ وہ جس رستے سے گزرے، تھوڑے تھوڑے فاصلے پر ایک ایک تیلی زمین پر گرایا جائے۔ سردار نے بابا شیر و کو اس کی ٹوپی اور سکوں سے بھری ہوئی تھیلی زمین پر رکھ دینے کا حکم دیا اور بولا۔

”پو پھٹے ہی تم نے اس ٹوپی کو ہاتھ لگا کے روانہ ہونا اور سورج کی آخری کرن بجھنے سے پہلے یہاں واپس پہنچنا ہے۔“

بابا شیر و نے جوانوں کی طرح سینہ تان کر اور دونوں ہاتھ پھیلا کر وادی کی وسعت کا اندازہ لگایا پھر سوچا، پہاڑی سلسلے کے ساتھ ساتھ چلا جائے تو چائیس پچاس میل بن جائیں گے۔ ”خیر کوئی بات نہیں۔“ اس نے دل ہی دل میں کہا ”میں یہ شرط جیت کر دکھاؤں گا۔ اور پھر یہ حد نظر تک پھیلی ہوئی زمین میری ہو جائے گی۔ تب اس پورے علاقے میں مجھ سے بڑا کوئی زمیندار نہ ہو گا۔“

وہ آنے والے دنوں کے سہانے تصور میں کھویا ہوا تھا کہ دھلے دھلائے سورج کی پہلی کرن نے مشرق سے جھانکا اور اس نے اپنی ٹوپی چھو کر اپنے سفر کا آغاز کر دیا۔ بابا شیر و پہلے تو تھوڑے دیر تک بہت تیزی کے ساتھ دوڑتا رہا پھر جلد ہی ہانپنے لگا۔ اس نے سوچا کہ یوں تیز دوڑنے سے کوئی فائدہ نہیں۔ سارا

دن پڑا ہے، ابھی سے اپنی ٹانگوں کو تھکالینا حماقت ہے چنانچہ اس نے دوڑنے کے بجائے لمبے لمبے قدم اٹھانے، شروع کر دیے۔ ہر آدھ گھنٹے کے بعد وہ زمین میں ایک تیلی گاڑ دیتا۔

اب وہ پہاڑ سے نیچے اتر آیا اور نصف دائرے کی صورت میں پھیلے ہوئے سلسلہ کوہ کے ساتھ ساتھ چل رہا تھا۔ اسے چلتے ہوئے ایک گھنٹہ گزر چکا تھا۔ اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا، پہاڑ پر کھڑے ہوئے ہاشکر یونوں کی طرح نظر آرہے تھے۔ لیکن ابھی تک وہ پہاڑ کے بائیں سرے ہی پر تھا اور میلوں کا سفر باقی تھا۔ اس نے سوچا، یوں کام نہیں چلے گا چنانچہ پھر دوڑنے لگا۔ اسی گھنٹہ میں اس کا سانس پھول گیا اور اسے ایک جگہ ٹھہر جانا پڑا۔ کچھ دیر سستانے کے بعد بابا شیر و پھر دوڑنے لگا۔ اب سورج بہت اوپر آچکا تھا اور دھوپ تیز ہو چکی تھی۔ اسے گرمی لگنے لگی چنانچہ اس نے اپنا کوٹ اتار کر پھینک دیا۔

اب دو تھکے تھکے قدموں سے دوڑ رہا تھا۔ اس کی کوشش یہ تھی کہ لمبے لمبے قدم اٹھائے تاکہ سورج ڈوبنے سے پہلے پہاڑی پر واپس پہنچ جائے۔ کبھی کبھی اس کے قدم بے ڈھنگے پتھروں پر پڑتے۔ ہیر و دو کی شدت سے سچا اٹھتے مگر اس کا حوصلہ پھر بھی کم نہ ہوتا.... تب وہ ایک نظر اپنے دائیں جانب میلوں تک پھیلی ہوئی زمین کو دیکھ لیتا جس کا وہ مالک بننے والا تھا۔ یوں اس کی تکلیف کا تمام احساس ختم ہو جاتا۔

دوپہر کے وقت اس نے ایک درخت کے نیچے کپڑے میں باندھی ہوئی روٹی نکال کر کھائی اور بوتل سے پانی پیا۔ پھر یہ اندازہ لگایا کہ کتنا فاصلہ باقی ہے۔ آدھا دن گزر چکا تھا مگر راستہ صرف ایک تہائی طے

زمین کا جھٹ

ہوا تھا۔ یہ سوچ کر بابا شیر نے اپنی رفتار تیز کر دینے کا فیصلہ کیا۔

اب دو پہر ڈھل رہی تھی اور جوں جوں پہاڑوں کے سائے بڑھ رہے تھے، شیر وکے دل کی دھڑکن بھی تیز ہوتی جا رہی تھی۔ مسلسل دوڑنے کی وجہ سے وہ بالکل بے حال ہو چکا تھا۔ قدم کہیں رکھتا تو پڑتا کہیں تھا۔ اس نے تھوڑی تھوڑی دیر بعد بیٹھ کر سسٹا بھی چھوڑ دیا کیونکہ ابھی اس نے بمشکل آدھا فاصلہ طے کیا تھا۔ ایک مرتبہ اسے خیال آیا، باقی راستہ دو پہاڑ کے ساتھ ساتھ چلنے کے بجائے زمین کے بیچ سے گزرتے ہوئے طے کرے لیکن پھر خود کو ملامت کرتے ہوئے بڑبڑایا ”نہیں اس طرح تو میں اس ساری زمین کا مالک نہیں بن سکوں گا۔ یہ ساری زمین میری ہو سکتی ہے بس ذرا ہمت سے کام لیتا ہو گا۔ مجھے اس کا کوئی ٹکڑا نہیں چھوڑنا“ چنانچہ اس نے اپنا سفر جاری رکھا۔

اب شام ہو رہی تھی اور وہ کئی گھنٹے سے دم لینے کے لیے کہیں نہیں ٹھہرا تھا۔ اس بوڑھے کی ہمت واقعی ناقابلِ داد تھی کہ اس نے اچھا خاصا فاصلہ طے کر لیا تھا۔ اس دوران بابا شیر و کی ٹانگوں کے پٹھے اکڑ گئے تھے اور پیچھے پھڑپھڑاتے ہوئے مگر وہ برابر دوڑے جا رہا تھا۔ اب اسے یقین ہو چلا تھا کہ وہ سورج کی آخری کرن کے چھپنے سے قبل مقررہ جگہ واپس پہنچ جائے گا۔

اس نے اپنے جوتے جو بری طرح پھٹ چکے تھے، اتار پھینکے پانی کی خالی بوتل اور روٹی والا تھیلا ایک طرف پھینکا اور دوسرے تمام فالتو کپڑے بھی پھینک دیے اور آخری چند تیلیاں پکڑے مقررہ جگہ

پہنچنے کے لیے پہاڑ پر چڑھنے لگا جس پر باشکر کھڑے اس کا انتظار کر رہے تھے۔

سورج تیزی سے مغربی پہاڑوں میں ڈوب رہا تھا۔ آخری چند کرنیں چوٹیوں کو جھلکا رہی تھیں کہ باشکر سردار اور اس کے ساتھیوں نے بوڑھے شیر و کو اپنی طرف بڑھتے ہوئے دیکھ لیا۔ شیر و کو بھی غالباً یہ لوگ نظر آ گئے۔ اس کی حالت یہ تھی کہ آنکھیں قریب قریب بند ہو رہی تھیں۔ منہ پورا کھلا ہوا تھا، زبان باہر نکل ہوئی تھی، سانس دھوکئی کی طرح چل رہی تھی اور گردن کسی مردہ شے کی طرح کندھوں پر لٹک رہی تھی مگر قدم تھے کہ کسی مشین کی طرح اٹھ رہے تھے۔

”آفرین ہے اس بوڑھے کی ہمت پر!“ سردار نے کہا جو نئی سورج کی آخری کرن ڈوبی بوڑھے شیر و نے نڈھال اور تھکان سے چور بے جان جسم سردار کے قدموں پر گر ادیا۔ اس کے لپکتے ہوئے ہاتھ نے مقررہ نشانے یعنی ٹوپی کو چھو لیا تھا۔ بڈھا زمین کی بازی جیت چکا تھا مگر اس نے جان کی بازی ہار دی۔ باشکر سردار نے جھک کر بوڑھے کے مردہ جسم کو سیدھا کرنے کی کوشش کی مگر اس کی ٹانگیں اور سارا جسم اکڑ چکا تھا۔

سردار کے حکم پر وہیں بوڑھے کی قبر کھودی گئی اور اسے دفن کر دیا گیا۔

”اس کی اصل ضرورت یہی دو گز زمین تھی!“ باشکر سردار نے افسوس کے لہجے میں کہا اور اپنے ساتھیوں کے ہمراہ سر جھکائے اپنے خیمے کی طرف چلا گیا۔





کچھ نہیں بلکہ بہت سارے لوگ یہ سوچ رکھتے ہیں کہ مرد ہونا طاقت اور اکرام کا سبب ہے۔ عورت کا وجود کمزوری اور شرمندگی کی علامت ہے۔

ایسا سوچنے والے صرف مرد ہی نہیں ہیں کئی عورتیں بھی اس بات پر یقین رکھتی ہیں۔
 بیٹے کی ماں بن کر بعض عورتیں خود کو محفوظ اور معزز خیال کرتی ہیں، بیٹی کی ماں بن کر خود کو کمزور محسوس کرتی ہیں۔ مردانہ تسلط والے معاشرے میں کئی مصیبتوں، دکھوں اور ظلمتوں کے درمیان ابھرنے والی ایک کہانی.... مرد کی انا اور عورت، عورت کی محرومیاں اور دکھ، پست سوچ کی وجہ سے پھیلنے والے اندھیرے، کمزوروں کا عزم، علم کی روشنی، روحانیت کی کرنیں، معرفت کے اجالے، اس کہانی کے چند اجزائے ترکیبی ہیں۔

نئی قلم کار آفرین ارجمند نے اپنے معاشرے کا مشاہدہ کرتے ہوئے کئی اہم نکات کو نوٹ کیا ہے۔ آفرین ارجمند کے قلم سے ان کے مشاہدات کس انداز سے بیان ہوئے ہیں اس کا فیصلہ قارئین خود کریں گے۔

گیارہویں قسط:
 بالوں میں انگلیاں پھیرتی اس کے زخموں کو بھرنے کی کوشش کر رہی تھی۔
 کلثوم کی سسکیوں نے ماحول میں اداسی بھری تھی۔ اس کی آہوں میں بے تحاشا تڑپ تھی۔
 سکینہ کا خیر تو رب نے جیسے محبت کی مٹی سے گوندھا تھا۔ وہ کسی بچے کو جہنم دے کر ماں تو نہ بن پائی۔
 سکینہ کلثوم کو سینے سے لگائے نرمی سے اس کے

تھی مگر ممتا کے جذبے سے لبریز سر تاپا بس پیادہ
 پیادہ تھی۔ کلثوم کے دل کو بھی سکون ملنے لگا۔ وہ
 ٹھنڈک جو وہ اب تک ماں کی گود میں تلاش کرتی رہی
 تھی آج اس کو سکینہ کی گود میں مل رہی تھی۔ ان
 لمحات میں کلثوم نے بھی خود کو نہ روکا۔ دل کے کونے
 کونے سے آنسو کا ایک ایک قطرہ جمع کر کے آنکھوں
 سے نکالتی رہی۔ خود کو اس روجھ سے آزاد کرتی رہی۔
 ”اتنا کچھ ہو گیا اور ہمیں خبر بھی نہ ہوئی۔“

سکینہ دکھ سے بولی

”خالہ، تجھ سے ملنے کی اجازت کس کو ہے
 بھلا اور ویسے بھی ابے نے تو میری منگنی نوٹنے کی
 بجائے بھی نہیں پڑنے دی۔ تو تو شادی میں بھی نہیں
 بلائی گئی تھی۔“ وہ سکینہ سے لپٹنے لپٹنے آہستہ سے بولی
 ”ہاں پتہ ہے مگر پھر بھی....“ سکینہ کے لہجے
 میں دکھ کے ساتھ چڑ بھی تھی۔

بات کرتے اس کی نظر پارس پر پڑی جو بالکل
 خاموش کھڑی کلثوم کو غور سے دیکھے جا رہی تھی۔
 اس کے چہرے پر گہری سنجیدگی طاری تھی۔
 کلثوم کی سسکیوں میں کی آہی تھی مگر ابھی بھی
 وہ سکینہ سے لپٹی ہوئی تھی۔

سکینہ نے نوٹ کیا پارس کی نگاہ کلثوم کے گلے
 میں پڑے تعویذ پر تھی جیسے اس نے منشی
 میں بھیجنا ہوا تھا۔

”ساجد.... ساجد“ وقفے وقفے سے اس کی دہلی
 سسکیوں میں ساجد کی پکار بھی شامل ہو رہی تھی۔

”کاش میں اس سے مل سکتی۔ کاش وہ میرے
 پاس آجائے۔“ وہ بے اختیار آنکھیں میچ کر بولی
 ”اسے آنا ہوتا تو وہ جاتا ہی کیوں؟“ سکینہ نے

ناگواری سے کہا۔ ”بزدل کہیں تک ہو نہ۔“
 ”نہیں خالہ وہ ایسا نہیں ہے“ وہ سر اٹھا کر بولی۔
 ”اسے ماے نے ڈرایا ہو گا۔ ماں نے دوپٹہ ڈالا ہو گا وہ
 مجبور ہو گیا ہو گا۔“ کلثوم اس کی طرف دہری میں
 ایک سانس میں بولتی چلی گئی۔ ایک لمحے کو اس کی
 آنکھوں میں ایک چمک سی لہرائی۔

”خالہ! کہو نہ چاہے سے وہ تو شہر جاتا ہے اس
 سے کہو وہ میرے ساجد کو ڈھونڈ لائے۔ مجھے یقین ہے
 وہ میرا حال سنے گا تو دوڑا چلا آئے گا۔“ وہ سکینہ کی
 آنکھوں میں دیکھنے لگی۔

”یہ قونی ہے تیری۔ اب تک تو وہ تجھے بھول بھی
 چکا ہو گا۔“ سکینہ بولی

”نہ خالہ ایسا مت بول“ وہ ہائی دینے لگی ”تجھے
 رب کا واسطہ مجھے ایک بار اس سے ملو اے“ اس نے
 ہاتھ جوڑ لئے۔

”ارے ارے کیا کر رہی ہے تو۔“ اس نے اس کا
 چہرہ دیکھا سے ہاتھوں میں لے لیا
 ”کیا کرے گی اس سے مل کر وہ کونسا تجھے اپنالے
 گا۔“ سکینہ نے تکی سے کہا

”نہیں خالہ۔ بس ایک بار میں اس سے پوچھتا
 چاہتی ہوں مجھ میں ایسی کیا کی تھی۔ کیا بگڑا تھا میں
 نے اس کا۔“ کہتے کہتے اس کی آواز رندھنے لگی

”میں اس کو اپنے زخم دکھاؤں گی جو اس سے وفا
 نبھانے کی سزا میں میں نے کھائے ہیں۔“ اس نے
 گردن پر پڑے تہرے نعل پر ہاتھ رکھتے ہوئے کہا۔

”اچھا اچھا، میں بات کروں گی۔“ اسے بے قابو
 ہوتا دیکھ کر سکینہ نے جلدی سے ہائی بھری۔
 ”بس تو خود کو سنبھال....“ اس کے وعدے پر

نیکان کا مہنت

”ہاں ہاں پڑھ لے۔ یہی تو آخری نشانی ہے میری محبت کی۔“ اس کی آنکھوں میں پھر آنسو بھرنے لگے وہ ہتھیلی سے آنکھیں مسنے لگی۔

پارس نے وہ رقعہ کھول کر پڑھنا شروع کر دیا۔

ایک بار.... دوسری بار.... تیسری بار.... اس نے ہر بار ایک نظر کلثوم پر ڈالی اور پھر رقعہ پر ”کیا ہو گیا۔ ایسے کیا کر رہی ہے۔“

”ایسا کیا ہے اس کاغذ میں۔“ سکینہ کو بھی تجسس ہو اور کھسک کر پارس کے قریب ہو گئی۔

پارس نے ہاں کی طرف دیکھا ”ہاں وہ....“

”اب کچھ بول بھی“ دونوں بے چین ہو گئیں۔

”ہم، ہم....“ پارس جگا کھٹکھٹانے لگی۔

”باجی آپ سے ایک بات پوچھنا چاہتی ہوں۔“ اس نے اٹکتے ہوئے کہا۔

”ہاں پوچھ....“

”باجی کیا سچ میں یہ تعویذ آپ نے ساجد بھائی کو بھیج دیا تھا....؟“

پارس کے سوال پر کلثوم نے اسے گھورا۔

”ہاں!.... ایک داری نہیں دس داری۔“

”اچھا....“ اس کی آنکھوں میں الجھن تیر گئی۔

”ہاں تو اس میں انکی کیا بات ہوئی۔“ کلثوم بولی

”اب کچھ بول بھی زبان سے، مجھے تیری خاموشی سے گھبراہٹ ہو رہی ہے۔“ سکینہ بے چینی سے بولی۔

”اچھا.... تو کیا ساجد بھائی نے آپ سے اس تعویذ کی تحریر کے بارے میں کبھی کچھ کہا۔“ اس نے پھر سوال کیا۔

”نہیں وہ کچھ نہیں کہتا تھا بس مسکرا دیتا تھا۔“

کلثوم کی سسکیاں پھر معدوم ہونے لگیں۔

وہ کچھ پر سکون ہو گئی تھی شاید ساجد سے ملنے کی آس نے اسے خود کو سنبھالنے کا حوصلہ دے دیا تھا۔

وہ تعویذ کو ٹٹھی میں دبائے نہ جانے کیا سوچنے لگی۔

”باجی....“ پارس نے جس کی نظر اب بھی تعویذ پر تھی، ہمت کر کے کلثوم کو دھیرے سے پکارا جیسے کچھ کہنا چاہ رہی ہو۔

”ہاں“ کلثوم نے سر اٹھایا۔

”وہ.... باجی....“ پارس زور اور ٹھہری

”ہاں بول ناں“

”وہ.... اگر آپ برائے نامیں تو کیا میں یہ تعویذ دیکھ سکتی ہوں۔ اس نے سمجھتے ہوئے کہا۔

کلثوم کی تعویذ پر گرفت اور مضبوط ہو گئی۔ جس کو شاید مطلب نہ تھا۔

”اگر آپ کو پسند نہیں تو کوئی بات نہیں۔ میں تو بس ایسے ہی....“ پارس کے چہرے پر مایوسی بکھر گئی

”پارس کسی کی چیزیں ایسے نہیں پڑھتے۔“ کلثوم کا مزاج بدلتے دیکھ کر سکینہ نے اسے ٹوکا

مگر سکینہ خود بھی سوچ میں پڑ گئی تھی وہ جانتی تھی کہ پارس بغیر مطلب ایسی بات کہہ نہیں سکتی۔

”معاف کرنا باجی میں تو بس....“ پارس شرمندہ ہو گئی۔

”ارے نہیں ایسی کوئی بات نہیں، لے دیکھ لے۔“ سکینہ کی سرزنش کا اثر کلثوم پر بھی ہوا۔ اس نے جلدی سے تعویذ ڈوری سے نکال کر کھول دیا اور آگے بڑھ کر رقعہ پارس کے ہاتھ میں تھما دیا۔

”آپ کی اجازت ہے ناں۔“ پارس نے رقعہ کھولنے سے پہلے پھر پوچھا

مارچ 2015ء

”ہاں.... کبھی کبھی مجھے چڑانے کے لئے خوب زور زور سے ہنستا بھی تھا۔“

”میں چڑتی.... تو کہتا اس کا تعویذ بنا کر گلے میں ڈال لے۔“ وہ سامنے دیوار کو گھورتے ہوئے بولے جا رہی تھی جیسے کہ فلم چل رہی ہو۔ وہ مسکرانے لگی سنہری یادوں میں کھونے لگی

”شاید وہ یہ سب مذاق میں کہتا تھا مگر میرے لئے اس کا یہ مذاق میری زندگی بن گیا۔“ اس کے لبوں پر ہل بھر پھیل جانے والی مسکراہٹ اگلے ہی لمحوں میں پھسکی پڑ گئی۔

”زندگی نہیں باجی زندگی بھر کا روگ۔“ پارس بے ساختہ بولی

”اف.... یہ کیا کو اس کے جاری تھو.... لاوے مجھے“ سکینہ نے پارس کے مسلسل سوالوں سے تنگ آکر رقعہ اس کے ہاتھ سے چھین لیا۔

مگر جیسے جیسے پڑھتی گئی۔ اس کی نگاہیں تحریر پر جسنے لگیں۔

کٹھون سے بھی اب برداشت نہ ہوا۔ ”خالہ دے دے مجھے۔“ اس نے سکینہ کے ہاتھ سے رقعہ چھین لیا۔ سکینہ کا ہاتھ کھٹکا کھٹکا رہ گیا اس نے پارس کی طرف دیکھا۔

”پہلے میری بات سن لو باجی۔“ پارس نے صمت کی۔ ”آپ نے بتایا تھا کہ جس سہیلی سے یہ رقعہ پڑھوایا تھا وہ پڑھی لکھی نہ تھی صرف سمجھ بوجھ سے کام چلا لیتی تھی۔ جی ہاں؟“ اس نے سوال کیا

”ہاں تو....؟“

”مگر باجی میں پڑھی لکھی ہوں۔ میرا مطلب یہ کہ ہم دونوں یہ تحریر پڑھ بھی سکتے ہیں اور سمجھ بھی

سکتے ہیں۔“ پارس نے سکینہ کی طرف دیکھتے ہوئے کہا ”بھئی پتہ ہے اس میں کیا لکھا ہے۔“

”ارے تو بولو ناں کیا لکھا ہے اس میں یہی نہ کہ وہ مجھے سے محبت کرتا ہے۔“

پارس نے مدد کے لئے ماں کی طرف دیکھا۔ سکینہ نے کٹھون کا ہاتھ تھام کر کہا ”دیکھ کٹھون پہلے پارس کی بات تسلی سے سن۔“

”تو سن تو رہی ہوں یہ کچھ آگے بولے تو۔“ وہ تنگ مہنی

”ہاں تو سن....“ سکینہ بولی

”دراصل اس کاغذ کے ٹکڑے پر وہ نہیں لکھا جو ثواب تک سمجھتی رہی ہے۔ تیری نادان سہیلی سے غلطی ہو گئی ہے پتر۔“ سکینہ بھی لفظ جمع کرنے لگی

”یہ کیا بکو اس ہے۔“ کٹھون نے سکینہ کا ہاتھ جھٹک دیا۔ سکینہ اس کی ذہنی حالت سمجھتے ہوئے اس کی بد تمیزی ضبط کر گئی۔

”دیکھ پتر.... پہلے پوری بات آرام سے سن لے،

دراصل یہ جو تعویذ ہے کسی کی کاپی کا چھٹا ہوا ٹکڑا ہے اور اس تعویذ میں جو لکھا ہے دلدار تسم اور رفیق اچھے دوست.... یعنی یہ کسی کی تحریر کا بچا ہوا حصہ ہے۔“ سکینہ نے ایک ہی سانس میں بات پوری کی۔

”آپ کی سہیلی غلط سمجھیں وہ لفظ جوڑنے میں غلطی کر گئیں۔“ پارس نے بات مکمل کی۔

کٹھون تنگ سی دونوں کو گھورتے ہوئے لگی پتہ نہیں وہ صدمے میں تھی یا شک کر رہی تھی۔ اس کے چہرے پر ایک رنگ آ رہا تھا ایک جا رہا تھا۔

”یہ سچ کہہ رہی ہے کٹھون“ سکینہ بولی۔

”مجھے تو لگتا ہے شاید ساجد نے شرارت میں تجھے

توکلانی کاغذ

سکینہ نے پارس کا کندھا زور سے دبایا
”چپ کر پارس۔“

کٹوم کی حالت غیر ہونے لگی تھی۔ وہ شدید
صدے میں تھی۔ وہ اچانک سے خاموش ہو گئی اس کا
چہرہ بے تاثر ہو گیا تھا۔ اس کی آنکھیں یکایک جیسے
خشک ریگستان بن گئی ہوں، پارس کے الفاظ اس کے
اندہر کہیں بہت کاری ضرب لگا رہے تھے۔ مگر شاید وہ
اپنی عزت نفس کو پہچان نہ سکی۔ سخت سردی میں بھی
اس کا ہاتھ بھینکنے لگا۔

”کٹوم پتر ہوش کر“ اس کی اچانک خاموشی اور
حالت سے گھبرا کر سکینہ نے اسے جھنجھوڑا۔

”ہم ہاں ہاں خالہ۔ میں ٹھیک ہوں“ وہ چہرے
پر آئے پسینے کو دھونے سے صاف کرنے لگی۔

”کٹوم....“ سکینہ نے اسے غور سے دیکھا
”خالہ میں ٹھیک ہوں۔“ وہ بے تاثر لہجے میں

بولی، مگر پھر اچانک دھڑکیں مار کر روئے لگی۔ سکینہ
نے اسے گلے سے لگایا مگر اس نے سکینہ کو پیچھے
دھکیل دیا۔

”کاش میں تجھ سے نہ ملتی خالہ۔“ وہ چیخی۔
”کم سے کم کچھ بھرم تو رہ جاتا میرا۔“ وہ دونوں

ہاتھوں میں منہ چپا کر رونے لگی۔ سکینہ اس اچانک
الزام تراشی پر چونکی

”ہائے میری بد نصیبی، تو نے میری جینے کی
آخری آس کو بھی ختم کر دیا۔“ وہ ہتھیلیوں سے
آنکھیں رگڑتی کھڑی ہو گئی۔

”پاگل ہو گئی ہے تو۔“ سکینہ نے اسے ڈانٹا
”اے شکر کر دیر سے صبح پر سچائی تیرے
سامنے تو آگئی۔“

چڑانے کے لئے یہ ٹھیکرے میں پیٹ کر مارا ہو گا۔“
”ویسے بھی وہ اس پڑیا میں چنے کھا رہا تھا۔ ہیں
ہاں۔“ سکینہ نے اس کی بتائی ہوئی دہرائی۔ کٹوم نے
اثبات میں سر ہلایا۔

”پر.... وہ ایسا کیوں کرے گا؟“ اس کی آواز
میں لرزہ تھا

”اگر ایسا تھا تو ساجد تو شہر سے تین جماعتیں پاس
تھا اس نے تو کبھی بھی.... اس کی آواز حلق میں اٹک
گئی۔“ اس کا مطلب اس کا مطلب کہ....“ وہ جملہ
پورانہ کر سکی لفظ جیسے آنسو بن کر ٹپکنے لگے۔

”نہیں.... وہ ایسا نہیں کر سکتا“ اس نے
بچوں کی طرح سر نہ میں ہلانا شروع کر دیا۔

”میرا دل نہیں مانتا۔“ اس نے دایاں ہاتھ دل پر
رکھ لیا۔ ”وہ ایسا نہیں ہے۔“ اس کی گردن نہ میں اور
زور سے ہلنے لگی۔

”ہم جن سے پیار کرتے ہیں ان کی تضحیک نہیں
کرتے باہی۔“ اسے کٹکش میں دیکھ کر پارس بولی
”تفص.... ک“ وہ انکی

”یہ کیا ہوتی ہے؟“ کٹوم نے سوال کیا۔
پارس کو بے اختیار اس پر پیار بھی آیا اور ترس

بھی۔ ”باقی تضحیک.... میرا مطلب ہے ہم جن سے
محبت کرتے ہیں ان کی عزت کرنا ہم پر فرض ہو جاتی
ہے، اور وہ تو آپ کے ساتھ پہنچے نہیں
کیسے کیسے مذاق....“

”بس چپ کر پارس....“ کٹوم نے پارس کی
بات کاٹی۔

”میرا مطلب کہ ایسے حساس لمحوں پر مرغیاں
اچھالنا، اپنی غلطی پر اکڑو کھانا کوئی اچھی بات تو....“

مارچ 2015ء

”سچ تو یہ ہے کہ ساجد بھائی نے آپ سے کبھی
بیار کیا ہی نہیں۔ آپ اب تک سراب کے پیچھے
بھاگ رہیں تھیں باجی۔“ پارس بہت کر کے بولی
”میں نہیں مانتی۔ میرا دل نہیں مانتا خالہ، وہ
جھوٹا نہیں تھا۔ اس کی آنکھیں جھوٹ نہیں بولتی
تھیں مجھے پتہ ہے۔“ وہ جیسے اس کی وکیل بن گئی
”یہ جھوٹ بولتی ہے اپنی پڑھائی کا رعب جما
رہی ہے مجھ پر۔“ کلثوم کی نگاہوں میں پارس کے لئے
نفرت تھی۔

”گاؤں والے صحیح کہتے ہیں تم لوگوں سے دور
رہنا ہی اچھا۔“ وہ دونوں ہاتھوں سے خود کو پیٹنے لگی۔
”کیسی لڑکی ہے رے تو.....“ سکینہ نے کلثوم کو
بھنبھوڑا ”اس بے وفائے تیرا مذاق بتایا ہے۔ اور تو
اس دھوکہ باز کی خاطر ہمیں کوس رہی ہے۔“
”ماں چپ ہو جائیں۔“ پارس نے سکینہ کو ٹھنڈا
کرنے کی کوشش کی۔ ”باجی ابھی ٹھیک نہیں۔ یہ
صدے میں....“

”ہاں میں ٹھیک نہیں ہوں۔ مذاق میرا اس نے
نہیں بنایا بلکہ توبہ دی ہے۔“ وہ چچی مگر دوسرے ہی
لمحے سسکیاں لینے لگیں۔

”ارے ظالم.... تو نے میرے چہینے کی وجہ مجھ
سے چھین لی۔ جھوٹی ہی سہی پر اس تو تھی ایک ماں تو
تھا کہ کسی نے مجھے چاہا تھا۔“ وہ ہڈیاں بکنے لگی۔ ”پر تم
لوگوں سے یہ بھی برداشت نہ ہوا۔“ پارس نے سکینہ
کو تھلا ہوا تھا جواب غصے سے کلثوم کو نکور رہی تھی۔
اسے اب کلثوم پر ترس نہیں غصہ آ رہا
تھا۔ ”باجی.... نا مکمل علم، لاعلمی سے زیادہ خطرناک
ہوتا ہے۔“

”اف۔ اف.... تیری یہ عجیب عجیب باتیں....
مجھے تو لگتا ہے کسی چڑیل کا سایہ ہے اس پر۔“ کلثوم
نے کانوں پر ہاتھ رکھ لئے

”چپ کر پارس اسے نہیں سمجھ آئے گا“ سکینہ
نے پارس کو پیچھے کیا اسے کلثوم کا بولنا بہت برا
لگ رہا تھا۔

”کلثوم او کلثوم۔“ دروازے پر ہونے والا شور
سب کی توجہ اس طرف لے گیا۔
”یہ تو رشید ہے۔“ اس کا غصہ چند لمحوں میں ذر

میں بدل گیا
”ہائے.... اب کیا ہو گا“ کلثوم سہم کر سکینہ کے
پیچھے ہو گئی۔ اسے یوں خوف زدہ دیکھ کر سکینہ اپنا
غصہ پی گئی۔

”ذرا مت۔ کچھ نہیں ہو گا“ وہ دھیرے سے
بولی۔ دروازہ ایک بار پھر زور سے بجھا۔
”دروازہ کھول خالہ۔“ کلثوم کے چھوٹے بھائی
رشید کی آواز ابھری۔

”خورک سیمیں، میں دیکھتی ہوں۔“ سکینہ اسے
حوصلہ دے کر دروازے کی جانب بڑھ گئی۔

اس نے دروازے کا ایک پٹ کھولا ”کیا ہے؟“
سامنے کلثوم کا چھوٹا بھائی رشید کھڑا تھا۔

”باجی کو بھیج خالہ، ابے بہت غصے میں ہے۔“ وہ
وہیں کھڑے کھڑے بد تمیزی سے بولا۔ اس کے اس
انداز پر سکینہ کے ماتھے پر بل پڑ گئے۔

”او تجھے کچھ تمیز بھی ہے۔ نہ سلام نہ دعا باجی کو
بھیج ابے غصے میں ہے“ سکینہ نے رشید کی
نقل اتاری۔

”سلام۔“ رشید نے بے اعتنائی سے کہا۔ ”اب

تو میری بات سن

”یہ کیا ہو رہا ہے؟“ بھاری آواز پر رشید اچھل کر پیچھے ہو گیا اس نے پیچھے مڑ کر دیکھا۔ شفیق کو سامنے دیکھ کر اس کی فکری بند گئی ”کچھ نہیں چاہتا“

”کچھ نہیں، تو یہ سب کیا ہے....؟“ اس نے سکینہ کی انٹھی ہوئی چہل کی طرف انگلی اٹھا کر کہا۔

رشید کی آواز حلق میں دب گئی وہ بغیر کچھ کہہ سنے وہاں سے رفو چکر ہو گیا۔

شفیق کندھے سے سنری تھیلا لٹکائے دروازے پر کھڑا سکینہ کو حیرانگی سے دیکھ رہا تھا جو ابھی تک چہل ہاتھ میں لئے رشید کو بے نکتہ ستارہ تھی۔

اس شور شرابے میں محلہ اکٹھا ہو چکا تھا اور اب انہیں اس گھرانے کے خلاف ایک اور موضوع مل گیا تھا۔

”ماں بس کر“ پارس نے زبردستی ماں کا ہاتھ پکڑ کر اندر کھینچا۔

”چل اندر چل“ شفیق نے اندر داخل ہوتے ہوئے اسے بھی زبردستی اندر کیا۔

”سلام بابا۔“ پارس نے شفیق کو سلام کیا

”جی رہے پتر“ اس نے پارس کے سر پر شفقت سے ہاتھ رکھ دیا۔

”اف!.... کس قدر بے لگام زبان ہے اس لڑکے کی۔“ سکینہ نے چہل زمین پر بھیستے ہوئے کہا

”اگر آپ کو دیکھ کر نہ بھانکا تو آج تو اس کو تیز سکھا کر بھیجتی۔ اس کا پارہ نیچے ہی نہیں آ رہا تھا“

”ہاں ہاں ٹھیک ہے۔“

”معاملہ کیا ہے؟ یہ بتا کہیں اس نے پارس کو تو کچھ نہیں کہا؟“ شفیق کا لہجہ سخت تھا

”محال اس کی کہ کوئی ہماری بیٹی کی طرف آنکھ

بھیجوا سے۔ اتنا کتا تو کا وقت نہیں ہے میرے پاس۔“

”کٹھوم ہو کٹھوم باہر آ“ وہ سکینہ کی پردہ کئے بغیر وہیں سے چٹکا۔ کٹھوم اور پارس دونوں کمرے کے دروازے سے لگی یہ منکر دیکھ رہی تھیں۔

”ارے ارے۔ یہ تو اپنی بڑی بہن کا نام کیسے لے رہا ہے۔ تیرے یہ تیر اور بد تمیزی“ سکینہ کو طیش آنے لگا

”بڑی ہے تو کیا، میں اس کا بھائی ہوں۔ چاہوں تو دو تھپڑ بھی لگاؤں۔“ مرد ہونے پر خاندانی غرور اس کے لہجے میں جھلک رہا تھا۔ اس کی یہ بات سن کر پارس نے محسوس کیا کہ کٹھوم کے جسم میں جھر جھری کی لہر دوڑ گئی تھی۔

”ارے بے شرم آٹھ سال بڑی ہے تجھ سے، اس نے پوڑے دھوئے ہیں تیرے اور تو اس پر ہاتھ اٹھائے گا۔ آگے دو لفظ تو بول تھپڑ تو میں لگاتی ہوں تجھے۔“ سکینہ نے غصے میں ہاتھ بلند کیا۔ پارس دوڑ کر ماں کے قریب پہنچ گئی۔ اس نے جلدی سے ہاتھ پکڑ لیا۔

”نہیں ماں، وہ نہیں سمجھے گا۔ آپ جانے دیجئے باجی کو۔“ وہ بولی

”ارے دو جوتے پڑیں گے تو عقل ٹھکانے آجائے گی اس بد تمیزی کی۔ چل جا یہاں سے۔ میں خود اسے لے کر آتی ہوں۔“ اس نے رشید کو جھڑکا جو بد تمیزی سے سکینہ کو گھور رہا تھا۔

”اونہ خالہ تیرے آنے کی کوئی ضرورت نہیں۔ ماں نے کہا ہے کٹھوم کو چوٹی سے پکڑ کر لا۔“

”نہر جا بد تمیزی“ اب تو سکینہ کی برداشت سے باہر تھا۔ اس نے چہل ہاتھ میں اٹھالی۔

مارچ 2015ء

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو پیسے کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا
- ✧ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور رٹریوم ایبل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پریویو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✧ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤسنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1

سکینہ اور پارس اس وقت اسے کچھ بھی نہ کہہ پائے خاموشی سے کٹھوم کو جاتا دیکھتے رہے۔
 سکینہ دروازہ بند کر کے اندر آگئی مگر پارس کا دل بے چین تھا۔ وہ بھی بھی سی شفیق کے پاس جا کر بیٹھ گئی جو ابھی تک حیرانگی سے یہ سب دیکھ رہا تھا۔
 ”کوئی بتائے گا بات کیا ہے؟“ اس نے سوالیہ نظروں سے سکینہ کی طرف دیکھا
 ”تھی صبر کر جاؤ۔ سانس لینے دو مجھے۔ پارس پانی پلا مجھے۔“ وہ ہیں چار پانی پر ڈھیر ہو گئی۔
 ”اللہ ہی عقل دے ان کو۔“ سکینہ گھونٹ گھونٹ پانی پیتی ہوئی شفیق کو سارا قصہ سنانے لگی۔
 مگر پارس کا دل گھبرانے لگا۔ اسے روہ کے کٹھوم کی سسکیاں سنائی دے رہی تھیں۔ اس غصے میں بھی کتنی بے بسی تھی باقی کی آنکھوں میں۔ اس کا دل سمجھ گیا۔ وہ گھبرا کر اندر چلی گئی۔ آج پہلی بار اس کا کوئی اپنا رشتے دار اس کے گھر آیا اور وہ بھی ادا اس اور مایوس لوٹا۔

شبنم کے قطرے آنکھوں سے نکل کر پارس کے گال بھٹونے لگے، اور پھر بے اختیار اس کے ہاتھ دعا کے لئے اٹھ گئے۔

(حسباری ہے)



آپ **مذہب کا محنت** کے قاری ہیں..... آپ کا بہت بہت شکریہ.....
 اپنے عزیزوں اور دوستوں کو اپنے اس پسندیدہ رسالے کا تحفہ دیجیے۔

مذہب کا محنت

بھی اٹھائے۔ ”سکینہ اور بھڑکی“
 ”سلام چاچا۔“ کٹھوم جو رشید کو دیکھ کر کونے میں دبک گئی تھی ہمت کر کے باہر آئی۔
 ”ارے کٹھوم آئی دی ہے۔“ شفیق نے شفقت سے کہا۔ ”کیسی ہے پتر۔“
 اس نے آگے بڑھ کر سر پر ہاتھ رکھا۔ کٹھوم نے کوئی جواب نہ دیا۔

”مگر یہ سب کیا ہو رہا ہے۔“ اس نے پارس کی طرف دیکھا۔

”کچھ نہیں آپ یہاں بیٹھے آرام سے“ پارس نے جلدی سے شفیق کو خاموش رہنے کا اشارہ کرتے ہوئے پکڑ کر واپس چار پانی پر بٹھا دیا

”نہ پتر، تو گھبرا مت۔ ہم تیرے ساتھ ہیں۔“ سکینہ اٹھ کر کٹھوم کے پاس کھڑی ہو گئی۔

”نہیں مجھے بس اب گھر جانا ہے۔“ وہ رکھائی سے بولی۔

”پتر نہیں میں یہاں آئی ہی کیوں۔“ وہ خود کو کوٹنے لگی۔

”میں چلتی ہوں تیرے ساتھ۔ تیری ماں سے بات کروں گی۔“ سکینہ اس کا رویہ نظر انداز کر کے بولی۔

”نہیں خالہ.... اس کی ضرورت نہیں پڑے گی اب.... ویسے بھی جو چوٹ آج مجھے لگی ہے اس کے آگے ہر زخم بے معنی ہے۔“ وہ ہلکتے خورو لہجے میں بولی۔

”ارے تو پھر ڈر کر کیوں چھپی تھی اسی وقت چلی جاتی رشید کے ساتھ۔“ سکینہ بھی چڑ گئی۔ مگر وہ کچھ کہے نے بغیر باہر نکل گئی۔

جستی جاگتی زندگی

زندگی بے شمار رنگوں سے مزین ہے جو ہمیں خوبصورت رنگ اوزمے ہوئے ہے، تو ہمیں تلخ حقائق کی اوزمہنی اوزمے ہوئے ہے۔ ہمیں شیریں ہے تو ہمیں جھکین، ہمیں ہنسی ہے تو ہمیں آنسو۔ ہمیں دھوپ ہے تو ہمیں چھاؤں۔ ہمیں سمندر کے

شفاف پانی کے جیسی ہے تو ہمیں کچڑ میں کھلے پھول کی مانند۔ ہمیں قربِ قریح کے رنگ ہیں۔ ہمیں لادس کی رات جیسی گنتی ہے۔ ہمیں خواب گنتی ہے، ہمیں سراب گنتی ہے، ہمیں خاردار جھاڑیاں تو ہمیں شبنم کے قطرے کی مانند گنتی ہے۔ زندگی عذاب مسلسل بھی ہے۔ تو راحت جان بھی ہے، زندگی ہر رنگ میں ہے، ہر طرف ٹھٹھکیں مار رہی ہے، کہانی کے صفحات کی طرح بکھری پڑی ہے....

کسی مفکر نے کیا خوب کہلہ ہے کہ "مستاد تو سخت ہوتے ہیں لیکن زندگی مستاد سے زیادہ سخت ہوتی ہے، استاد سبق دے کے امتحان لیتا ہے اور زندگی امتحان لے کر سبق دیتی ہے۔" انسان زندگی کے نشیب و فراز سے بڑے بڑے سبق سیکھتا ہے۔ زندگی انسان کی تربیت کا عملی میدان ہے۔ اس میں انسان ہر گزرتے لمحے کے ساتھ سیکھتا ہے، کچھ لوگ ٹھوکر کھا کر سیکھتے ہیں اور حادثے ان کے تاجح ہوتے ہیں۔ کوئی دوسرے کی کھائی ہوئی ٹھوکر سے ہی سیکھ لیتا ہے۔ زندگی کے کسی موڑ پر اسے ماضی میں رونما ہونے والے واقعات بہت عجیب دکھائی دیتے ہیں۔ وہ ان پر دل کھول کہہ جاتا ہے یا شرمندہ دکھائی دیتا ہے۔ یوں زندگی انسان کو مختلف انداز میں اپنے رنگ دکھاتی ہے۔

اب تک زندگی ان گنت کہانیاں تخلیق کر چکی ہیں، ان میں سے کچھ ہم صفحہ قرطاس پر منتقل کر رہے ہیں۔

وطن سے دوری

لیے تیار ہوا تو ماموں خالد نے بھی اپنے گھر والوں کو اپنی اس خواہش سے آگاہ کر دیا۔

ماموں کے والدین بھی یہی چاہتے تھے کہ اچھا ہے خالد باہر جا کر سیٹ ہو جائے تو زندگی سنور جائے گی۔ ان کے والد نے انجنیوں سے رابطہ کیا، مطلوبہ رقم کا بندوبست کیا۔ اس طرح ان کی باہر جانے کی تیاریاں مکمل ہو گئیں اور دو ماہ بعد وہ جرمنی پہنچ گئے۔ چونکہ ماموں کے دیگر رشتہ دار موٹیریاں (جرمنی) میں رہتے تھے، اس لیے انہوں نے وہاں قیام کیا۔ جس طرح دیگر ہر کین وطن کو کسی ترقی یافتہ ملک

یہ حقیقی روداد میرے ماموں کی ہے۔ ہم لوگ کراچی میں رہتے تھے۔ اس وقت میرے ماموں جوان تھے۔ گریجویشن کرنے کے بعد ان پر بیرون ملک جانے کی دھن سوار ہو گئی۔ جیسے عموماً ہر نوجوان کو جوانی میں شکایت رہا کرتی ہے کہ ملک میں کیا رکھا ہوا ہے۔ یہاں پر کچھ نہیں ہے وغیرہ۔ ایسی ہی سوچیں اور شکایتیں ہر وقت ماموں خالد کے دماغ میں سمائی رہتی تھیں۔ ان کے کچھ رشتہ دار بھی یورپ میں مقیم تھے۔ جب ان کا ایک کزن جرمنی جانے کے

میں اکثر پہلا کام فیکٹریوں میں ملتا ہے۔ اسی طرح انہیں بھی ایک فیکٹری میں کام مل گیا۔ تھوڑا جرم کر نی ملکہ کی صورت میں ملتی تھی اور پاکستان کے مقابلے میں بدرجہا بہتر تھی۔ اتنے پیسے مل جاتے تھے کہ لپٹا گزارہ بھی بخوبی ہو جائے اور کچھ بچت کرنا بھی ممکن تھا۔

ماسوں ٹھانڈا باغ سے رہنے والے آدمی تھے۔ گھر میں ماں اور بہنوں نے کبھی کسی کام کو ہاتھ نہ لگائے دیا تھا۔ ماسوں خالد کو جرمنی میں مزہ نہیں آیا، جلد ہی وہ آٹا کر پیرس چلے گئے۔ اس کے بعد انہیں کہیں آرام نہیں آیا، وہ مسلسل سیر کرتے رہے۔ برسلو، روم، لڑین اور استنبول، نہ جانے کہاں کہاں گھومے، لیکن انہیں کوئی جگہ پسند نہیں آئی۔

یورپ میں کہیں ان کا دل نہ لگا تو پاکستان کی یاد انہیں ستانے لگی۔ اس طرح انہوں نے دو سال تک وہاں رہنے کے بعد وطن واپسی کی کوششیں شروع کر دیں۔ ان دنوں وہ لڑین میں تھے، واپسی کے متعلق انہوں نے خود کو ذہنی طور پر تیار کر لیا تھا۔ ان کا بس نہیں چلا تھا کہ کسی طرح از کر پاکستان پہنچ جائیں۔ جب انہوں نے اپنے گھر والوں سے رابطہ کیا اور انہیں اپنے فیصلے سے آگاہ کیا تو انہوں نے اس کی مخالفت کی۔ ماسوں نے گھر والوں کو سمجھایا کہ انہوں نے اچھی طرح سوچ سمجھ کر فیصلہ کیا ہے۔ انہوں نے کہا کہ میں پاکستان آ کر بہت کچھ کر سکتا ہوں۔ میں نے آئندہ زندگی کی منصوبہ بندی بھی کر لی ہے۔ واپسی کے وقت وہ یہ سوچتے رہے کہ میں نے بیرون ملک جا کر غلطی کی۔ تعلیم یافتہ ہونے کے باوجود بیرون ملک

میں فیکٹریوں میں کام کرتا رہا ہوں اگر کوشش کرتا تو پاکستان میں بھی اچھی ملازمت مل جاتی۔ دوسرے ملک میں کتر درجے کا شہری ہونے سے بہتر ہے کہ آدمی اپنے وطن میں رہے، جہاں سب عزت کرتے ہیں۔ کوئی ڈر نہیں ہوتا کہ غیر ملکی ہونے کے باعث کوئی پکڑے گا۔

ماسوں خالد وطن واپس آئے تو بہت خوش تھے۔ باہر رہ کر انہیں وطن کی مٹی، موسم اور ہواؤں کی قدر آگئی تھی.... مگر قسمت کو شاید کچھ اور ہی منظور تھا۔ اپنے بعض قریبی رشتہ داروں کے رویے نے انہیں پریشان کر دیا، سب سے پہلے تو والد نے طعن دیا کہ دوسروں کے بیٹے کتنی دولت کما کر گھر لاتے ہیں، یہ ٹائل خالی ہاتھ واپس آیا ہے۔ کچھ رشتہ داروں نے ان کے بارے میں یہ باتیں مشہور کر دیں کہ وہاں غلط صحبت میں پڑ گیا تھا۔ ماسوں خالد کے دوستوں نے بار بار ان سے یہ سوال کیا کہ کتنی دولت وہاں سے لائے ہو۔ اس کے علاوہ ہر شخص ان سے جب بھی ملتا وہ یہ سوال کرتا کہ خالد واپس کب جا رہے ہو، ہمیں مل کر جانا۔

لوگوں کی ایسی باتوں اور سوالات کے باعث انہوں نے کسی کو یہ نہیں بتایا کہ وہ ہمیشہ کے لیے واپس آ گئے ہیں۔ صرف ان کی والدہ نے صدق دل سے، انہیں ہمیشہ کے لیے واپس آنے پر خوش آمدید کہا تھا۔ وہ چاہتی تھیں کہ بیٹا ایک ہل کے لیے بھی ان کی آنکھوں سے دور نہ ہو کیونکہ بیٹے کی جدائی کے غم میں وہ بیمار ہو گئی تھیں۔

ایسے حالات میں جب ہر شخص خود غرض بن کر

میں پہننے کے لیے صرف ایک کھدر کا کرتہ ہوتا، پہننے کو کبھی نیا جو تانہ ملا۔

تھوڑا سا بڑا ہوا، تو بڑے بھائی کے ساتھ بکریاں چرانے کی ذمہ داری سونپی گئی۔ جب میں آٹھ برس کا تھا، تو بھائی بکریاں فروخت کر کے شہر کے قریب ایک گاؤں میں بہنوئی کی نئی خریدی ہوئی زمین آباد کرنے چلے گئے۔ والدین نے مجھے قریبی گاؤں میں واقع پرائمری میں اسکول داخل کروادیا۔ میں دل لگا کر پڑھنے لگا۔ استاد کا دیا ہوا سبق مجھے جلد ازبر ہو جاتا۔ دوسری جماعت میں تھا کہ میری نانی کا انتقال ہو گیا۔

مجھے ہونہار طالب علم دیکھ کر میرے ٹیچر ز میری حوصلہ افزائی کرنے لگے۔ آخر کار میں نے پانچویں جماعت کا امتحان پاس کر لیا۔ لیکن والدین کے مالی حالات اس قدر پریشان کن تھے کہ چھٹی جماعت میں داخلہ خواب بن گیا۔ اسی اثنا میں میری بڑی بہن ہمارے گھر رہنے آئیں۔ ان کے خاوند ہمارے برابر کے ایک گاؤں میں پٹواری تھے۔ وہ مجھے اپنے ساتھ لے گئیں تاکہ مزید تعلیم دلا سکیں۔ مجھے ایک مڈل اسکول میں چھٹی جماعت میں داخل کروادیا گیا۔ پڑھائی کے ساتھ ساتھ ان کی بھینسوں کو چارو وغیرہ ڈالنے کا کام بھی مجھے سونپا گیا۔

چھٹی جماعت پاس کر کے میں ساتویں جماعت میں پہنچا، تو بہنوئی اور بہن نے نئی آباد شدہ اپنی اراضی پر سکونت اختیار کرنے کا فیصلہ کر لیا۔ وہ مجھے بھی ساتھ لے گئے۔ میں جولائی اگست کے مہینوں میں ان کا مکان بنانے کے لیے معماروں کے ساتھ تہی ریت

ماموں کا دل دکھا رہا تھا، ان کے سارے خواب چٹن چور ہو گئے۔ کچھ دوست کہنے لگے کہ ہمیں بھی اپنے ساتھ لے کر جانا۔ یہ سب باتیں ماموں کی برداشت سے باہر تھیں۔ اب انہیں اس کے سوا اور کوئی راستہ دکھائی نہ دیتا تھا کہ باہر چلے جائیں اور کبھی واپس نہ آئیں کیونکہ اگر کوئی شخص ایک مرتبہ بیرون ملک رہ کر آجائے تو لوگ اس کے باطن میں جھانکنے کی کوشش نہیں کرتے، اسے سمجھنے سے انکار کرتے ہیں۔ اس لیے ماموں نے خاموشی سے واپس جانے کا فیصلہ کر لیا۔ والد سمیت سب لوگ بہت خوش ہوئے کہ بیٹا باہر جا رہا ہے مگر کسی کو معلوم نہیں تھا کہ وہ کتنے دکھی دل کے ساتھ جا رہے ہیں۔

آج ماموں کو بیرون ملک گئے، برسوں بیت چکے ہیں۔ وہ کینیڈا میں مقیم ہیں مگر وہ ایک مرتبہ بھی وطن واپس نہیں آئے۔ بس کبھی کبھار فون کر لیتے ہیں۔ البتہ پیسے باقاعدگی سے بھجواتے ہیں۔ اب سارے خاندان میں ان کی بہت قدر ہے۔

محنت کا صلہ

بچپن میں لوگ مجھے لالو کہہ کر پکارتے تھے۔ میں نے ایک چھوٹے سے گاؤں کے نہایت غریب گھرانے میں آنکھ کھولی۔ ہوش سنبھالا، تو گھر میں فاقہ کشی کو زیرے جمائے پایا۔ کئی کئی روز تک بھنے ہوئے چنے کھا کر اور پانی پی کر زندگی سے رشتہ برقرار رکھا جاتا تھا۔ غریبی دیکھ کر رشتے دار منہ موڑ گئے تھے۔ کسی کو ہمارے گھر آنا پسند نہ تھا۔ گندم کی روٹی کئی کئی بار کھانے کو نہ ملتی۔ فاقہ کشی کی وجہ سے گھر کے تمام افراد اندھیرا کی بیماری میں مبتلا ہو گئے۔ بچپن

پر مزدوری کرتا رہا۔ اسی اثنا میں موسم گرما کی تعطیلات ختم ہونے پر اسکول دوبارہ کھل گئے مگر مجھے کسی اسکول میں داخل نہیں کروایا گیا۔ بہن اور بہنوئی نے کہا ”چونکہ گاؤں کے نزدیک کوئی اسکول نہیں، اس لیے تمہیں پڑھانا ناممکن ہے۔ ہم تمہیں گاؤں میں پرچون کی دکان ڈال دیں گے۔“

دوسرے لفظوں میں ان کا مقصد یہ تھا کہ میں ان کی بھینسوں کو چارہ ڈالنا اور گھریلو کام کرتا رہوں۔ یہ مجھے گوارہ نہ تھا کیونکہ میں تو ان کے ہاں صرف تعلیم حاصل کرنے گیا تھا۔ مجھے پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہونے کا دلی رنج تھا، اس لیے وہاں سے بھاگ نکلا اور اپنے والدین کے گھر آ گیا۔ مگر مالی وسائل نہ ہونے کی وجہ سے ساتویں جماعت میں داخلہ لیتا مجھے انتہائی دشوار دکھائی دیتا تھا۔

اللہ تعالیٰ نے میری مدد یوں فرمائی کہ شہر کے ایک محترم استاد پبلک ہائی اسکول میں پڑھاتے تھے۔ انہوں نے مجھے نہ صرف اپنے تعلیمی ادارے میں داخل کر دیا بلکہ میری فیس بھی معاف کرادی۔

اب میری عمر تقریباً پندرہ برس ہو چکی تھی۔ جب چھٹیاں ہوئیں تو میں مزدوری کرنے لگا تا کہ تعلیم کا خرچ خود برداشت کر سکوں۔ گاؤں سے تقریباً چھ میل دور نہر کا پل بن رہا تھا۔ شدید سردی کا موسم تھا۔ گاؤں کے کچھ لوگ وہاں مزدوری کرنے جایا کرتے۔ میں بھی ان کے ساتھ ہو لیا۔ مزدوروں کے نگران نے مجھے دیکھ کر کہا کہ تم چھوٹے ہو، اس لیے تمہیں بڑے مزدوروں کے مقابلے میں کم مزدوری ملے گی۔ میں نے ان کی پیشکش قبول کر لی۔

مزدوری کی شرط یہ تھی کہ غروب آفتاب سے لے کر طلوع آفتاب تک پوری رات کام کرنا ہوتا تھا۔ یوں میں نے موسم سرما کی چھٹیوں میں دس دن مزدوری کی اور تقریباً ایک سال کی فیس جمع کر لی۔

جب میں دسویں جماعت میں پہنچا، تو میٹرک کی داخلہ فیس نہ بن پائی، میں سخت پریشان ہوا۔ آخر اللہ تعالیٰ نے اس نازک موقع پر بھی راہ بھائی۔ میں نے اپنے دوسرے بہنوئی کو خط لکھا کہ مجھے میٹرک کی داخلہ فیس دینے کے لیے پیسے درکار ہیں۔ اگر فوری بندوبست نہ ہوا، تو میں امتحان نہیں دے سکوں گا۔ خط ملتے ہی وہ داخلہ فیس لے کر ہمارے گھر آئے اور یوں میرا داخلہ ہو گیا۔

میں امتحانات کی تیاری کے سلسلے میں دن رات پڑھنے لگا اور پھر وہ دن بھی آئے جب میں نے مارچ میں میٹرک کا امتحان دیا۔ امتحانوں سے فارغ ہو کر میں محنت مزدوری کرنے لگا۔ جون میں نتیجہ آیا، تو میری خوشی کی انتہا نہ رہی۔ اللہ کے فضل و کرم، والدین کی دعاؤں اور استادوں کی محنت سے میں نے میٹرک کا امتحان نہ صرف اول درجے میں پاس کیا بلکہ اپنے اسکول میں بھی اولیٰ آیا۔ سب لوگوں نے مجھے شاباش دی۔

مالی استطاعت نہ ہونے کی وجہ سے میں کالج میں داخل ہونے کا تصور بھی نہیں کر سکتا تھا۔ لوگوں نے شاباش تو دی مگر کسی نے مالی اعانت نہیں کی۔ لہذا اب میری پڑھائی کا سلسلہ منقطع ہو گیا۔ اس دوران میں نے ایک پرائیوٹ ادارے میں ملازمت کی درخواست دے ڈالی۔ چند ماہ بعد میرا تقرر ہو گیا۔

تعلیم کا محنت

دس کی دو۔“

اس آواز کی حقیقت، اس سوز کا راز اور اس راز کا ملبوم جاننے کے لیے میرا دل بے چین تھا۔ ایک روز صبح ہی صبح آواز آئی۔

”تاجی ڈبل روٹی۔“

مجھے یقین تھا کہ اس کے خوابچے میں کئی روز کی باسی ڈبل روٹی بھی ہوگی مگر ”تاجی“ کہہ کر نہ معلوم وہ خود کو دھوکا دینا چاہتا تھا یا لوگوں کو....؟ اتنے سویرے بھلا کون لیتا ہوگا....؟

میں نے سوچا.... اور پھر ایک دن میں اس کے آنے سے پہلے ہی جبکہ مرغ نے ہانک بھی نہ دی تھی، نیچے جا کر گلی میں کھڑا ہو گیا۔ جوں ہی اس آواز نے اندھیرے کا جگر کاٹا میں گرم چادر کو جسم سے چپکا تا تیزی سے آگے بھاگا اور چند ہی لمحوں میں اس کے مقابل کھڑا تھا۔

میلی کچیلی، پھٹی ہوئی، ہلکی سی دری میں سر اور گردن کو لپیٹے، پیروں میں ربڑ کے گھسے ہوئے جوتے پہنے ہوئے اور جھٹروں کے ڈھیر میں چھپا وہ میرے سامنے کھڑا حیرت سے میری طرف دیکھ رہا تھا۔ میں نے جب اسے اس طرح حیران دیکھا تو کہا۔

”ارے سنو تو! مجھے ڈبل روٹی چاہیے۔ رات اچانک مہمان آگئے ہیں۔ بہت دیر سے تمہارا انتظار کر رہا ہوں۔ یہ ساری ڈبل روٹیاں کتنے کی ہوں گی....؟“

”ساری....؟“ حیرت سے اس کی آنکھیں پھٹنے لگیں۔

”ہاں ہاں! ساری۔ اس میں حیران ہونے کی کیا

ابتدائی تربیت کے بعد مجھے ادارے میں ملازمت دے دی گئی۔ وہاں میں نے اپنے فرائض کی بجا آوری کے ساتھ پڑھائی کا سلسلہ دوبارہ شروع کر دیا۔

محنت اور اللہ تعالیٰ کے فضل سے میں نے بطور نئی امید واریف اے کا امتحان پاس کر لیا۔ بعد ازاں گریجویشن کے امتحان کی تیاری کرنے لگا۔ مگر ادارے کی مصروفیت کی وجہ سے امتحان دینے کا موقع نہ مل سکا۔ تاہم اللہ تعالیٰ پہ بھروسہ رکھا اور اگلے سال امتحان دیا اور اچھے نمبروں سے پاس ہو گیا۔ اس ادارے میں مجھے ایک اچھی پوسٹ بھی مل گئی۔ میں نے اپنے فرائض محنت، لگن اور دیانت داری سے سرانجام دیے اور ترقی کرتے کرتے افسر بن گیا۔

ادارے میں میرا تیسواں سال جاری تھا کہ ذیابیطس اور عارضہ قلب میں مبتلا ہو گیا۔ مسلسل بیماری کی وجہ سے نوکری ختم ہو گئی۔

پھر بھی میں نے بیکار بیٹھنا گوارا نہیں کیا۔ انہی دنوں ایک نئی ادارے میں اکاؤنٹنٹ کی اسامی نکلی۔ اس کے لیے منعقدہ تحریری امتحان میں شامل ہوا اور پہلا مقام حاصل کیا۔ یوں مجھے اس ادارے میں بطور اکاؤنٹنٹ ملازمت مل گئی۔ اب میں محنت، لگن اور دیانت داری سے اپنے فرائض منصبی سرانجام دیتے ہوئے رزق حلال کما رہا ہوں۔ میں نے کبھی اپنی بیماری کو فرائض کی راہ میں رکاوٹ نہیں بننے دیا۔ یہاں تک کہ میرے بعض ساتھیوں کو میری بیماری کا علم بھی نہیں۔

تاجی ڈبل روٹی

”تاجی (ساری) ڈبل روٹی پانچ کی ایک ،

بات ہے۔ مہمان بھی تو بہت سے ہیں نا!" میں نے
محبت سے کہا۔ "کتنے پیسے لوگے سب کے۔"

"سو روپے ڈبل روٹی کے اور بیس روپے
میرے۔" اس نے جلدی سے سارا حساب
مجھے سمجھا دیا۔

میں نے ایک سو بیس روپے اس کی بھیلی پر رکھ
دیے اور خواجہ پکڑ لیا۔ پھر کچھ سوچتے ہوئے
میں نے کہا

"بھئی بہت بھاری ہے، ہم سے نہیں اٹھ رہا۔ تم
بڑے بہادر بچے ہو، ذرا اسے اوپر تک لے چلو نا۔" وہ
فوراً تیار ہو گیا اور میرے ساتھ ساتھ چلنے لگا۔

"جب تم سامان بیچ لیتے ہو تو گھر جا کر بھلا کیا
کرتے ہو....؟ میں بتاؤں تم سوتے ہو گے، پھر اٹھ کر
گلی میں گلی ڈنڈا کھیلتے ہو گے، کرکٹ، گولیاں اور
کبڈی، ہاکی ہوتی ہوگی اور...." اس نے میری بات
درمیان ہی سے کاٹ دی۔

"جی نہیں! میں سودا بیچ کر اسکول چلا جاتا ہوں۔
میں پانچویں جماعت میں پڑھتا ہوں۔ جانے سے پہلے
ماں کو دوپہر کے لیے آٹا دال لا کر دیتا ہوں۔ میری
ماں کہتی ہے کہ جینا جلدی سے پڑھ لے پھر ہم غریب
نہیں رہیں گے۔"

اب میں اسے کیسے سمجھاتا کہ یہاں تو پڑھے لکھے
لوگ بھی غریب رہ جاتے ہیں۔ بات کو جاری رکھنے
کے خیال سے میں نے کہا۔

"تم جب بازار سے سودا خریدتے ہو تو دکاندار تو
تمہیں خوب لوٹتے ہوں گے....؟ اتنے چھوٹے
سے تو ہو تم!"

وہ تیر کی طرح میری طرف مڑا اور بولا۔
"نیوں لوٹ لیتے ہوں گے، میں کوئی بے وقوف
ہوں جو ٹٹ جاؤں، میں بھی تو دکاندار ہوں۔ بس اتنا
فرق ہے کہ میں اپنی دکان کندھے پر لیے پھرتا ہوں
اور وہ چل کر دکان تک جاتے ہیں۔"

اس کی بات سن کر مجھے اچھٹا ہوا۔ کاش! اس
نے کوئی بھولی سی بات کہہ دی ہوتی۔ وہ تو ایک دم ہلکی
عمر کے مردوں کی طرح بولنے لگا تھا۔ میں نے پوچھا۔
"ایسی باتیں تمہیں کون سکھاتا ہے....؟"

کہنے لگا "سکھاتا کون، چار سال سے ڈبل روٹی بیچ
رہا ہوں، اتنی چھوٹی سی بات بھی نہیں سیکھ سکتا۔"

میں چپ ہو گیا کیونکہ اس سے بحث بے کار
تھی۔ اس نے فٹنٹلو اس کی آواز کی طرح بے ساختہ نہ
تھی۔ اس میں تجربے کا نچوڑ تھا جو مجھے اچھا نہیں لگا۔
ڈبل روٹی پہنچا کر وہ وہاں چلا گیا اور میں خواہش کے
باوجود اسے چائے کی ایک پیالی بھی نہ پلا سکا۔ میرا
خیال تھا اس سے مل کر مجھے بہت خوشی ہوگی۔ میں
کمرے میں لا کر اس کی پیاری پیاری باتیں سنوں گا مگر
تمام خوشیوں پر اس پر مٹی۔ خوشی کی امید کتنی
پُرکشش ہوتی ہے مگر حاصل ہو کر وہ کتنی تلخ ہو جاتی
ہے.... بالکل سراسر اب کی طرح۔ میں نے ڈبل روٹیاں
اٹھا کر بے دلی سے اخباروں پر ڈال دی اور لحاف میں
گھسنے ہی والا تھا کہ اس کی آواز نے مجھے پھر چونکا دیا۔
وہ ٹر مایا ٹر مایا سا جھینپی سی ہنسی ہنس رہا تھا۔ میں نے
اسے اندر بلا لیا تو اس نے جھکتے ہوئے کچھ روپے
میرے پیچے پر رکھ دیے اور بولا۔

"معافی دو جی میں واپس کرنے بھول گیا۔" اس

میرا نام ہے

”ذیل روئی واپس کر دیں۔ یہ لیس اپنے پیسے۔
میں ابھی اتنے پیسے دوبارہ بنالوں گا جی۔“ اس نے
اواسی سے میری طرف دیکھا۔

”مجھے خاموش دیکھ کر پھر بولا ”صاحب جی اٹھا
لوں نا ہتھال....؟“

اس کی آواز نے مجھے چونکا دیا اور میں جبر جبری
لے کر اٹھ کھڑا ہوا۔ میرے خیالات منتشر ہو گئے۔
نا معلوم کیوں مجھے احساس ہوا کہ میرے دل میں ایک
چور سا چھپا بیٹھا تھا جسے اس گتوار لڑکے نے
پکڑ لیا ہے۔

یہ ٹھیک کہتا ہے، یہ سوکھی باسی روئی میں اپنے
منہ تک لے جانے کی ہمت بھی نہیں رکھتا، کجا کھاتا۔
اور یہ بیانی! بھی میں تو کم از کم لبالے بغیر اسے
استعمال نہیں کروں گا۔

میں خود کو بڑا ترقی پسند سمجھتا ہوں مساوات کا
قائل بنا پھرتا اور غریبوں سے بھر دیاں جتنا پھرتا
ہوں۔ لیکن حقیقت میں خود پرستی میں مبتلا ہوں اور
صرف اپنی ستائش کرانا چاہتا ہوں۔ میں نے اپنے
خیالوں کے عریاں جسم پر ہمدردیوں کے جو دیہ خول
چڑھا رکھے ہیں ان کے اندر میری شخصیت ہر وقت تنکا
رہتی ہے اور آج اس عریانی کو اس حقیر سے لڑکے
نے بے غلبہ کر دیا تھا۔

میں اپنے خیالوں میں کھویا ہوا تھا کہ دروازے
کی آہٹ سے خیالات کا سلسلہ ٹوٹ گیا وہ لڑکا میرے
پیسے رکھتے ہوئے اپنی ذیل روٹیاں لے کر باہر کی
جانب جا چکا تھا۔



نے پھر ایک اچھتی ہوئی نظر اپنے بیچے ہوئے سرمائے
پر ڈالی اور پوچھا ”مہمان اب تک سو رہے ہیں
جی....؟ ایک بار دہرایے ہاں چکی مرتبہ مہمان آئے
تھے۔ سویرے سویرے اٹھ کر میری ساری ذیل
روئی کھا گئے۔ میں چار پائی کے نیچے گھس کر رونے لگا۔
خوب رویہ میری ماں بولی ارے! مہمان تو اللہ کی
رحمت ہوتے ہیں....! یہ رونا دھونا کیسا۔ چل نکل
باہر۔ اللہ کا شکر ہوا کر۔ تیرے گھر رحمت کی
سواری اتری ہے۔“

کہہ کر وہ زور زور سے یوں ہنسنے لگا۔ گویا اسے دنیا
کا کوئی غم لاحق نہ ہو۔ جیسے وہ روزگار کا مارا معمولی
خونچہ فروش نہ ہو بلکہ باغ میں چھپھانے والی کوئی بلبل
ہو، ناز و نعم میں پالا ہوا کوئی شہزادہ ہو۔ میرے دل میں
اس کے لیے پھر ڈھیر سارا پیار اٹھنا آیا۔ میں اسے کتنا
غصہ سمجھا تھا، وہ تو بالکل بچہ ہی تھا، بیوقوف سا! میں
نے اسے کھینچ کر بستر پر بٹھا لیا اور بوا سے چائے
متوائی تو بڑی بد تمیزی سے بالکل بچوں کی طرح
چائے پینے لگا۔ مجھے اس میں اور اپنے بھائی میں صرف
اتفاق نظر آیا کہ میرا بھائی اگر اس بد تمیزی سے
چائے پیتا تو امی اسے ہار بار ٹوکتیں، بد تمیز اور بار بار
بجھلاتیں لیکن اس پر یہ باتیں لاوی نہیں
جادی تھیں۔

چائے پی کر اس نے اپنی کھائی سے منہ پوچھا،
زبان سے چٹھرے کی آواز نکالی اور کھڑا ہو گیا۔

یک لخت اس نے پلٹ کر اپنی بیچی ہوئی کائنات
کی طرف دیکھا پھر کچھ دیر خاموش رہنے
کے بعد بولا۔

مارچ 2015ء

بہت دیر سے میں نے ایک درخت میں پناہ لے رکھی ہے۔ میں اب تھک چکا ہوں اور میری یہ خواہش ہے کہ نیچے اتروں لیکن کبوت بھڑیا مجھے اترنے نہیں دیتا دینچے ہزار مجھے مسلسل خوفناک نظروں سے دیکھ رہا ہے اور اس انتظار میں ہے کہ میں کب اتروں گا اور وہ مجھے پیر پھاڑ کر کھا جائے گا۔

جس درخت پر اب میرا مسکن ہے۔ یہ ایک عجیب سا درخت ہے بلکہ اگر میں اسے جادو کا درخت کہوں تو بے جا نہ ہوگا۔ میں یہاں جو بھی خواہش کرتا ہوں وہ فوراً پوری ہو جاتی ہے اگر نرم اور گرم بستر کے بارے میں سوچوں تو وہ میرے قریب بچھ جاتا ہے۔ آگیا جوں تو میرے سامنے ایک شاندار لی وی سیٹ آ جاتا ہے۔ جس کے اسٹیریو اسپیکر زہوتے ہیں اور جو دنیا کا

ہر اسٹیشن پکڑ سکتا ہے۔ اگر کسی بھی کھانے کے لیے میرا جی چاہے تو وہ فوراً حاضر ہوتا ہے۔ یہاں سب کچھ ہے ہر طرح کی آسائشیں ہیں لیکن یہاں جس چیز کی کمی ہے اور جس چیز کے لیے میں ٹرپ

رہا ہوں وہ ہے آزادی، لیکن یہ آزادی مجھ سے قربانی کا تقاضہ کرتی ہے اور قربانی، یہ کہ مجھے نیچے اترنا پڑے گا اور بھڑیے کو بلاک کرنا ہوگا لیکن مجھ میں اتنی جرأت نہیں، میں بھڑیے سے خوف زدہ ہوں اور وہ مجھ سے زیادہ طاقتور ہے۔ کبھی کبھی جب میں اس وقت کو یاد کرتا ہوں

بھڑیا



فاروق سرور

مشق ادب سے انتخاب

میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں۔ میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھڑیا کھرا غرار ہے۔

جب بھیڑیا میرا پیچھا کر رہا تھا تو میرا پسینہ چھوٹ جاتا ہے۔ ایک سنسنی سی جسم میں پھیل جاتی ہے دل ڈوبنے لگتا ہے تب میں خدا کا شکر ادا کرتا ہوں کہ اگر یہ درخت میرے سامنے نہ آتا اور مجھے پناہ نہ دیتا تو بھیڑیا کب کا مجھے ہلاک کر چکا ہوتا۔

باپوسی کے اس گھپ اندھیرے میں کبھی کبھار اس بات پر بھی خوش ہو جاتا ہوں کہ درخت کافی اونچا ہے میں یہاں ہر طرح سے محفوظ ہوں اور بھیڑیا میرا کچھ نہیں بگاڑ سکتا۔

دن کے وقت تو میری حالت ٹھیک رہتی ہے کوئی نہ کوئی مصروفیت نکل آتی ہے لیکن جو شبی رات ہوتی ہے ایک عجیب سی اذیت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ سو جاتا ہوں تو خوفناک خواب مجھے ڈراتے ہیں۔ ایک قیامت سی مجھ پر نزلتی ہے، تمام جسم تھکا ہوتا ہے اور ایک ایک انگ یوں دکھ رہا ہوتا ہے جیسے کسی نے چابک سے مجھے سخت مارا ہو۔

اکثر میں یہ سوچتا ہوں کہ میں کب تک اس عذاب میں مبتلا رہوں گا۔ کب تک انتظار کروں گا کہ بھیڑیا بھوک سے مر جائے لیکن وہ تباہی مرنے کے پہلے سے زیادہ طاقتور ہو جاتا ہے۔

ایک صبح جب میری آنکھ تھلتی ہے تو اچانک درخت کے گھنے پتوں سے مجھے کسی اور کی موجودگی کا احساس ہوتا ہے۔ خوف سے ایک تیز سی چیخ میرے منہ سے نکلتی ہے اور مجھے یقین ہو جاتا ہے کہ بھیڑیا بالآخر اپنی کوشش میں کامیاب ہو ہی گیا پھر میری حیرت کی انتہا نہیں رہتی۔ جب مجھے پتہ چلتا ہے کہ وہ میرے ہی جیسا ایک شخص ہے پریشان اور گھبراہٹا ہوا۔ اس اجنبی نے درخت پر آگیا اور بھیڑیے کے

خوف سے پناہ لے رکھی ہے۔ اس کا بھیڑیا بھی نیچے کھڑا غرار رہا ہے۔ درخت پر پہنچے گاڑ رہا ہے لیکن تمام کوششوں کے باوجود اونچے درخت پر چڑھ نہیں پاتا۔

ہم دونوں لوگ ہیں جو اپنے اپنے بھیڑیوں سے خوفزدہ ہیں باوجود یہ کہ درخت میں ہمارے لیے ہر طرح کی آسائشیں موجود ہیں لیکن ہم ان آسائشوں سے خوش نہیں جبر اور آنتہٹ کا احساس دن بدن ہمیں کھائے جا رہا ہے، اب تو ہمیں رات کو نیند بھی نہیں آتی جو شبی آنکھ لگتی ہے بھیڑیے کا خوفناک چہرہ ہمیں دوبارہ جگا دیتا ہے۔ کبھی اب ہمارے خوابوں میں بھی گھس گیا ہے وہ ہمیں یہاں سکون سے رہنے نہیں دیتا۔

ہم دونوں کے بھیڑیے اکثر اپنی جلد خاموش بیٹھے رہتے ہیں لیکن کبھی کبھی ان دونوں پر ایسا جنون سوار ہو جاتا ہے کہ وہ درخت پر حملہ کر دیتے ہیں اس کے مرنے سے پروا نہ کرتے اور پہنچے گاڑ دیتے ہیں اور اس وقت خوفناک سی غراہٹ ہوتی ہے۔

دونوں کی بھیڑیوں کا یہ اچانک کا باؤلا پن ہمیں مزید زرا دیتا ہے۔ لیکن ایک بات یہ ہے ہم دونوں کے بھیڑیوں کا تعلق اپنے اپنے آدمی سے ہے۔ میرے ساتھی کا بھیڑیا مجھ سے کوئی تعلق نہیں رکھتا اور میرا بھیڑیا اس سے، خاص بات یہ ہے کہ دونوں بھیڑیے بھی ایک دوسرے سے لا تعلق رہتے ہیں اور ہم اس بات سے حیران ہوتے ہیں۔

ایک دن کافی سوچ بچار کے بعد ہم دونوں یہ فیصلہ کرتے ہیں کہ ہم دونوں نیچے اتریں گے اور اپنے اپنے بھیڑیے سے مقابلہ کریں گے، جو بھی ہوتا دیکھا جائے گا وہ نہ یہ عذاب کی زندگی کب تک ہم گزاریں

بھگوان



فاروق سرور کا تعلق بلوچستان یونیورسٹی کوئٹہ سے ہے۔ آپ پیشہ سے وکیل ہیں اور کئی کتابوں کے مصنف اور اخبارات میں کالم نگار بھی ہیں۔ آپ کا شمار پشتو زبان کے معروف کٹکشن لکھاریوں میں ہوتا ہے۔ اب تک

آپ کے تین مجموعے پشتو زبان میں چھپ چکے ہیں، جن میں ایک مجموعہ پشتو افسانوں کے اردو تراجم کی شکل میں ”نڈی کی پیاس“ کے عنوان سے شائع ہوا ہے۔ اسی مجموعہ میں شامل افسانہ ”بھیریا“ قارئین کے لیے پیش خدمت ہے۔

فاروق سرور کے افسانوں علامتی رنگ غالب ہوتا ہے۔ عہد کی نارسائی، ماحول کا جبر اور اندر کا خوف ان کے افسانوں میں کئی علامتوں کو ساخت کرتا ہے۔ اپنے مخصوص علامتی ٹریڈنٹ کی وجہ سے فاروق سرور کا ناول اور افسانے دو تخلیقی رجحان بھی حاصل کرنے میں کامیاب ٹھہرتے ہیں جو اس نوع کے کٹکشن میں عموماً دست یاب نہیں۔ فاروق سرور نے اپنے اس افسانے میں مکمل فنی چابک دستی سے خوف کے اثرات کو سمیٹا ہے۔

مے تب ہم دونوں آنکھیں بند کر کے نیچے کودنے کا ارادہ کرتے ہیں میرا ساتھی تو کود جاتا ہے مگر میں اپنی بزدلی کے باعث ایسا نہیں کر پاتا اور اپنی جگہ بیٹھا رہ جاتا ہوں۔

اس کا بھیریا جو نمی اسے نیچے دیکھتا ہے تو فوراً اس کی طرف لپکتا ہے اور اس پر حملہ آور ہوتا ہے۔ میرا بھیریا بھی خبردار ہو جاتا ہے اور اس کے کان کھڑے ہو جاتے ہیں لیکن جب میں نیچے نہیں اترتا تو وہ غصے سے آگ بگول ہو جاتا ہے اور پاٹھوں کی طرح درخت کے موٹے تنے کے ساتھ لڑتا ٹھہرتا رہتا ہے اس سے بیشتر کہ میرے ساتھی کا بھیریا اسے زمین پر گرائے وہ اس چھوٹی سی شاخ سے بھیرے کو مارتا ہے جو اس نے

نے ہر وقت درخت کی شاخوں کو مضبوطی سے پکڑا ہوتا ہے اور مارے خوف کے میرا جسم پسینے میں ڈوبا ہوتا ہے دن ہو یا رات میں مسلسل بھیرے کو بددعا بھی بھی دیتا ہوں لیکن وہ کبھی ہنسے کہ باز نہیں آتا۔

میرا ساتھی مسلسل مجھے آوازیں دیتا ہے۔ وہ قسمیں کھاتا ہے۔

”اگر تم نیچے اترو تو بھیریا تمہارا کچھ نہیں بگاڑے گا وہ بہت سزاور ہے تم اسے آسانی سے مار سکتے ہو۔“

درخت سے توڑی ہوتی ہے۔ اس کا بھیریا اسی وقت زمین پر گرتا ہے اور چند ہی لمحوں میں مر جاتا ہے۔

میرا ساتھی اب آزاد ہے۔ اس نے اپنی بہادری سے آزادی حاصل کر لی۔ لیکن میں اب تک اس پر اسے غدا میں مبتلا ہوں اور خود کو کوس رہا ہوں۔

میرا بھیریا اب پہلے سے زیادہ خوفناک ہو جاتا ہے۔ وہ جیٹھی دھن چکا ہے اور ہر وقت درخت سے ٹکراتا رہتا ہے شاید اس کا یہ خیال ہے کہ اس طرح میں درخت سے نیچے گر پڑوں گا یا درخت ٹوٹ جائے گا۔ مگر میں

لیکن مجھے اس کی بات پر یقین نہیں اور اوپر کھڑا خوف سے کانپ رہا ہوتا ہوں۔ اب چند ایسے واقعات شروع ہو جاتے ہیں کہ مجھے یہ یقین ہو جاتا ہے کہ میں بالآخر مر جاؤں گا۔

اچانک درخت میں حرکت پیدا ہوتی ہے۔ میں فوراً نیچے دیکھتا ہوں کہ بھیڑیے نے اسے بلایا تو نہیں لیکن بھیڑیا اپنی جگہ لیٹا ہوتا ہے۔ یہ کیا...؟

میں چیخ اٹھتا ہوں درخت لمحہ بہ لمحہ چھوٹا ہو رہا ہے میں مارے گھبراہٹ کے درخت کی موٹی شاخوں پر زور زور سے اچھلتا ہوں کہ ہو سکتا ہے اس طرح سے درخت رک جائے لیکن درخت نہیں رکتا اور چھوٹا ہوتا جاتا ہے۔

اب ایک دوسری چیز مجھے مزید خوف زدہ کرتی ہے۔ بھیڑیا بھی بڑا ہو رہا ہے اور تھوڑی دیر میں ایک نل جتنا بڑا ہو جاتا ہے۔

میں چیخا ہوں چلاتا ہوں۔ درخت کے اندر ادھر ادھر بھاگتا ہوں لیکن بے سود اب میں خود کو ذہنی طور پر موت کے لیے تیار کر لیتا ہوں اور ارد گرد کی تمام چیزوں کو الوداعی نظروں سے دیکھتا ہوں۔ بھیڑیا اور میں۔ لمحہ بہ لمحہ ایک دوسرے کے قریب آ رہے ہیں۔

میرا ذہن اب بالکل ماؤف ہے۔ میری آنکھیں بند ہیں اور میں پھانسی چڑھنے والے اس مجرم کی طرح موت کو خوش آمدید کہہ رہا ہوں جس کی گردن میں رسی کا پھندہ ڈالا جا چکا ہے اور جو اب اس انتھار میں ہے کہ جلاد کب لیور کھینچے گا۔ میں اس وقت اگر کوئی آوازیں سن رہا ہوں تو وہ صرف میرے ساتھی کی

تیں۔ جو نیچے سے دے رہا ہے کہ خدا را نیچے اتر۔ تم بھیڑیے سے زیادہ طاقتور ہو۔ بھیڑیا یونہی ایک خوف ہے۔ روٹی کا ایک پہاڑ ہے جسے تم ایک ہی ٹھوکر سے اپنے راستے سے بنا سکتے ہو۔

بالآخر میں ہمت کرتا ہوں اور درخت سے نیچے کودتا ہوں۔ میرا بھیڑیا یونہی اپنے سامنے پاتا ہے۔ مجھ پر حملہ کر دیتا ہے لیکن بیشتر اس کے کہ وہ مجھے ہلاک کر دے میں اسے ایک اس پتلی اور نازک سی شاخ سے مارتا ہوں جو میں نے درخت سے توڑی ہوتی ہے ہاتھی جیسا بڑا بھیڑیا دھڑام سے نیچے گرتا ہے اور دیکھتے ہی دیکھتے مر جاتا ہے۔ اب میں آزاد ہوں۔

کتنی حسین ہے آزادی کتنا خوبصورت ہے اس کا احساس۔ میں خوشی سے چیخ اٹھتا ہوں رقص کرتا ہوں۔ دیوانوں کی طرح اچھلتا ہوں۔

کچھ دیر کے بعد جب میرا جوش کچھ کم ہو جاتا ہے تو اپنے ساتھی کی طرف دیکھتا ہوں تاکہ اس کا شکریہ ادا کروں لیکن میرا ساتھی اپنی جگہ موجود نہیں ہوتا۔ میں جب ارد گرد دیکھتا ہوں تو حیران رہ جاتا ہوں۔ میرے چاروں طرف بے شمار درخت ہیں۔ ہر درخت میں کسی نہ کسی شخص نے پناہ لے رکھی ہے اور اس کا بھیڑیا گھرا ہوا ہے۔

اب میں زور زور سے ہنستا ہوں۔ قہقہے لگاتا ہوں اور ان سادہ اور معصوم لوگوں کی طرف بڑھتا ہوں جو ناحق اپنے بھیڑیوں سے خوف زدہ ہیں۔



(بھیڑیا۔ از: فاروق سرور، کتاب: "ندی کی پیاس" قصہ پیر محمد علی کشمیر، ص 24)

پاکستان سوسائٹی



محمد زید بیگ

ایک مفکر کا کہنا ہے کہ کامیاب اور ناکامیاب اشخاص کا بڑا فرق ان کے کام کی مقدار میں نہیں ہوتا بلکہ اس کام پر صرف شدہ فہم و فراست میں ہوتا ہے۔ بہت سے لوگ جو کامیاب نہیں ہو پاتے اسی محنت سے کام کرتے ہیں جو اعلیٰ کامیابی حاصل کرنے کے لیے بھی کافی کہی جاسکے۔ لیکن ان کا طریقہ کار درست نہیں

منصوبہ بندی سے زندگی کو کامیاب بنائیں!

ہو گا۔ نئی خرہ ہو لوگ۔ ایسے ہیں جنہوں نے بچپن میں اپنے وقت کو ضائع کیا ہے۔ بعد ا کامیابی کے نئے وقت کی ہر ایک منزل کو بہت و ہوشیاری سے طے کرنا ضروری ہے۔

ہو تاہو ایک ہاتھ سے بناتے اور دوسرے ہاتھ سے بگاڑ دیتے ہیں۔ وہ موقعوں کو قابو میں لا کر ان سے فائدہ نہیں اٹھاتے۔ انہیں شکستوں کو شاندار فتح میں تبدیل کرنے کا ہنر نہیں آتا۔ ان کے پاس کامیابی کا تانا بانا یعنی کافی قابلیت اور وقت کی کثرت دونوں موجود ہوتے ہیں لیکن وہ ہمیشہ خالی نمی پھینکتے رہتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ان کی زندگی کا پہلا کبھی تیار نہیں ہوتا۔

زندگی خدا کی بہت بڑی نعمت ہے۔ اسے ذہن سے گزارنا ہمارا حق ہی نہیں قدرت کی جانب سے فرس بھی ہے۔

اچھی منصوبہ بندی کے ذریعے ہم اپنی زندگی کو کامیابی کے راستوں پر ڈال سکتے ہیں۔

اس سلسلے میں کچھ باتوں کو ذہن نشین کر لیں۔

وقت کی قدر کریں

وقت زندگی کا تانا بانا ہے۔ اگر بچپن کی بھانٹ

اور میں اسے توڑ ڈالا جائے تو پھر عمر بھر جو زنا مشکل



یہ ہے کہ ہم تہیہ کر لیں کہ آئندہ ہم دوسروں کو خوش کرنے کے لیے بلاوجہ ہر بات نہیں مان لیں گے۔ اس لیے حسب ضرورت ”ناں“ کہنا بھی سیکھیں۔

کام ادھورا مت چھوڑیں

غیر حل شدہ مسائل ذہن پر طاری رہ کر ہمیں پریشان کرتے رہتے ہیں۔ ان کی وجہ سے ہماری کارکردگی بھی متاثر ہوتی ہے۔ کسی کام کو ادھورا مت چھوڑیں۔ اگر کسی معاملے میں آپ گوگو میں مبتلا ہیں تو اس کا واضح حل نکالیں۔ مسائل کو خواہ مخواہ نکلانے کے بجائے انہیں مناسب مدت میں حل کرنے کی عادت اپنائیں۔

کمپیوٹر کا استعمال محدود کریں
کمپیوٹر (لیپ ٹاپ اور اسمارٹ فونز بھی) بظاہر ایک چھوٹا سا آلہ ہے جو ساری دنیا سے ہمارا رشتہ جوڑتا ہے۔ ان دنوں فیس بک اور اس طرح کی دوسری سائنس بہت سا وقت ضائع کر رہی ہیں۔ کمپیوٹر ہمیں قابو میں کر لیتا ہے اور ہم اس کے غلام بن کر رہ جاتے ہیں۔

بلا تکان ویب سائٹس یا سماجی رابطے کی سائنس پر گھنٹوں ضائع کر دینے سے ہم کئی اہم کاموں کا وقت کھو دیتے ہیں چنانچہ اس کو محدود کرنے کی ضرورت ہے۔

پلاننگ ضرور کریں

کامیاب زندگی صرف درست پلاننگ سے ہی ممکن ہے۔ وقت اور توانائی بچانے اور محنت سے اچھے نتائج حاصل کرنے کے لیے زندگی میں سب سے زیادہ اہمیت پلاننگ کی ہے۔ اس سے کاموں میں

تجربہ کارانہ

اکثر لوگ وقت کی قدر و قیمت کا احساس کیے بغیر ماہ و سال گزارتے چلے جاتے ہیں۔ وہ نہیں جانتے کہ وقت فطرت کا سب سے قیمتی تحفہ ہے۔

دولت کی اندھی دوڑ اور بے جا مصروفیات نے ہم سے وقت چھین لیا ہے۔ یوں ہمیں وہ وقت نصیب ہی نہیں ہوتا جس کو حقیقی معنوں میں ہم اپنا کہہ سکیں۔

احتیاط، شعور اور اچھی عادتوں کے ذریعے ہم اپنا وقت بڑھا سکتے ہیں۔ اس کے لیے ضائع کرنے والی پرانی عادتیں ترک کرنی ہوں گی۔ آپ کے دو چار ایسے دوست ضرور ہوں گے جو یوں لانا شروع کرتے ہیں تو بولتے چلے جاتے ہیں۔ آپ نوک کر ان کو جتلانے کی کوشش کرتے ہیں کہ آپ کو کوئی ضروری کام کرنے میں مگر آپ کو ہمت نہیں پڑتی۔ خوش اخلاقی آپ کے آڑے آتی ہے۔ لیکن بدتمیزی یا غیر شائستگی کا مظاہرہ کیے بغیر بھی ایسے مہربانوں کو نوک سکتے ہیں۔ بس ان سے یہ کہہ دیجیے، معاف کیجیے، میں جانا چاہتا ہوں۔ یہ طرز عمل آپ کے وقت کو بچالے گا۔

انکار کرنا سیکھیں

ہم کئی کئی دن ایسے کاموں میں ضائع کر دیتے ہیں جن کو دراصل شروع ہی نہیں کرنا چاہیے تھا۔ بعض اوقات ہمیں اچھی طرح معلوم ہوتا ہے کہ پہلے ہی کئی اہم کام رکے ہوئے ہیں اور ہمارے پاس قاتل وقت بالکل نہیں، پھر بھی کوئی دوست یا رشتہ دار ہم پر نئی ذمہ داری سونپتا ہے یا کوئی دعوت دے ڈالتا ہے تو ہم قبول کر لیتے ہیں۔ بعد میں ہمیں پریشان ہونا پڑتا ہے۔ اس نقصان دہ عادت کو ختم کرنے کا مفید طریقہ

میں تقسیم کر لیں۔ اس طرح آپ کا کام کا بوجھ تقسیم ہو جائے گا۔

گھر سے باہر

گھر سے باہر جانے سے پہلے کافی وقت تیاری میں لگ جاتا ہے۔ اس وقت کو بچانے کا بہتر طریقہ یہ ہے کہ ایک دن پہلے اپنے کپڑے منتخب کر کے استری وغیرہ کر کے پیئر پر لٹکا کر رکھ لیں۔ اس طرح عین وقت پر جو پریشانی ہوتی ہے اور وقت برباد ہوتا ہے وہ بچ جائے گا۔

لکھنے پڑھنے

کے لیے شارٹ کٹ

اپنے کمپیوٹر پر ایسی دستاویزات کے ٹیمپلیٹس بنا کر محفوظ کر لیں جن کی بار بار ضرورت پڑتی ہے۔ مثال کے طور پر آپ کو کسی کام کے معاوضے کے لیے مل دینا ہوتا ہے۔ اس کا ایک نمونہ بطور ٹیمپلیٹ محفوظ کر لیں۔ اس طرح آپ بار بار تاپ کرنے سے بچ جائیں گے۔

آپ ایسی ہی دیگر دستاویزات اور خطوط وغیرہ کے ٹیمپلیٹ بھی محفوظ کر سکتے ہیں جن میں سانگرو، شادی، منگنی، بچے کی پیدائش وغیرہ کے تہنیتی کارڈز بھی شامل ہیں۔ ان کے نمونے انٹرنیٹ پر بھی دستیاب ہیں۔ ایک مرتبہ سرچ کر کے انہیں محفوظ کریں اور بار بار استعمال کریں۔

کامیابی کے لیے زندگی میں نظم و ضبط قائم کریں اور گھر سے لے کر باہر تک ہر جگہ اپنی زندگی ان اصولوں کے تحت گزاریں۔ بد نظمی سے بچیں، کامیابی آپ کے قدم ضرور چومے گی۔



نظم و ضبط پیدا ہوتا ہے اور زندگی کا انتشار ختم ہو جاتا ہے۔ کامیاب لوگوں کی زندگیاں ڈسپلن اور پلاننگ کا شاہکار ہوتی ہیں۔

آپ بھی منصوبہ بندی کی عادت لے لیں۔ یہ عادت صرف بڑے بڑے کاموں کے لیے مفید نہیں ہوتی، بلکہ زندگی کے چھوٹے بڑے تمام امور میں مددگار ہوتی ہیں۔

مسلیقہ اپنائیں

چیزوں کو سلیقے سے نہ رکھا جائے تو گھر میں افراطی تفری پھیل جاتی ہے۔ ضرورت کی مختلف اشیاء تلاش کے باوجود بروقت ہاتھ نہیں لگتیں۔ یہ تو آپ جانتے ہی ہیں کہ تلاش کرنے کا عمل کس قدر تکلیف دہ ہوتا ہے۔ اس میں وقت بھی صرف ہوتا ہے، بلکہ یوں کہنا چاہیے کہ وقت ضائع ہوتا ہے۔ اس کے لیے سنہری اصول یہ ہے کہ ہر چیز کی جگہ مقرر کر لیں اور اس کو وہیں رکھیے۔ یوں آپ بہت سی غیر ضروری پریشانیوں سے محفوظ رہیں گے اور وقت بھی ضائع نہیں ہوگا۔

فیصلے

جب آپ مختلف کاموں کے لیے وقت کا تعین کرنا شروع کرتے ہیں تو آپ کو پتہ چلتا ہے کہ دستیاب وقت میں آپ کو زیادہ کام کرنے ہیں۔ چنانچہ اب آپ کو فیصلہ کرنا ہوگا کہ کون سا کام کرنے کا ارادہ آپ ترک کر سکتے ہیں، کیا کام آپ ملوث کر سکتے ہیں اور کون سا کام آپ کسی اور کے حوالے کر سکتے ہیں یا آخر میں کسی اہم ترین کام کے لیے آپ کے پاس کتنا وقت بچتا ہے....؟

اگر اب بھی وقت کم ہو تو اپنے کام کو کئی حصوں

مارچ 2015ء

امریکن مارکیٹ میں

اپنے کاروبار کے فروغ کیلئے

ایک بہترین ذریعہ

ہفت روزہ

نیوز پاکستان

امریکہ کا سب سے زیادہ پڑھا جانے والا اردو اخبار

Weekly

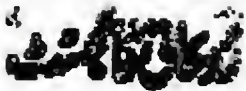
NEWS PAKISTAN

Contact:

Ph: 718-558-6080 Fax: 718-558-6079

Email: newspakistan@aol.com

248-04 Hookcreek Blvd. Rosedale, New York-11422 USA



106

Copied From Web

مہنگائی کو دانش مندی سے قابو کریں!

مشکل تھی ہے لیکن یہ بڑی مشکل کا حل بھی ثابت ہوتی ہے۔ آپ نے خود سے طے کر لیا ہے کہ ہر مہینے کچھ بھی ہو جائے، آپ نے کسی نہ کسی طرح ایک مقررہ رقم بچانی ہے۔ آپ کی تنخواہ جتنی بھی ہو، اس میں آپ نے یہ طے کر لیا ہے کہ جو آپ نے بچت کرنی ہے وہ آپ کی تنخواہ کا حصہ ہی نہیں۔ یہ بس ایسا ہی ہے جیسے کسی نے آپ کے پاس امانت رکھوا دی ہے، جس کو ہاتھ نہیں لگنا۔ آپ دیکھیں گے کہ کچھ عرصے بعد آپ کسی بھی اچانک آنے والے اخراجات سے اچھی طرح اور آسانی سے نمٹ سکیں گے۔

بفقتے میں ایک مہینہ خریداری سبزیوں کی قیمتیں تیزی سے اوپر نیچے ہوتی رہتی

ہیں۔ خاص طور پر پیاز، ٹماٹر اور آلو وغیرہ۔ کوشش

کریں کہ ہفتے میں ایک مرتبہ جمعہ بازار یا اتوار بازار سے خریداری کریں۔ اگر آپ کو لگے کہ بھاؤ نیچے آیا ہوا ہے تو ایک ساتھ

خریداری

کریں۔ خاص

طور پر نمز

عام آدمی پر ہر آنے والا دن پہلے دن کے مقابلے میں بھاری گزر رہا ہے۔ ہر نئے دن کا سورج پہلے سے زیادہ مہنگائی کی تہاتر لیے طلوع ہوتا ہے، لیکن تنخواہ دار طبقے کی تنخواہیں یا تو سال ہا سال نہیں بڑھتی یا پھر بڑھتی ہیں تو مہنگائی کے تناسب سے نہیں بڑھتی۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ لوگوں کے اخراجات ان کی آمدنی کی چادر

سے بڑھنے لگتے ہیں مہینے کی آخری تاریخوں میں تو فوبت دوسروں کے آگے ہاتھ پھیلائے کی بھی آجاتی ہے۔ ایڈوانس تنخواہ کے مطالبے ہونے لگتے ہیں۔ اس دوران اگر کسی عزیز کی شادی آجائے، کہیں آنا جانا پڑ جائے تو صورتحال اور پریشان کن ہوتی ہے۔ آدمی کی سمجھ میں نہیں آتا کہ وہ کرے تو کیا کرے....؟ مگر یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ ہم میں سے اکثریت اپنی زندگی میں منصوبہ بندی کی ضرورت ہی محسوس نہیں کرتی۔ جب تک سرپرست پانی نہیں گزر تا ہم کسی چیز کی حساسیت اور اس مسئلے کی گہرائی کا اندازہ نہیں لگاتے۔ ہم آنے والے حالات کا مقابلہ کرنے کے لیے پہلے سے تیار نہیں ہوتے۔ آئیے.... ہم آپ کو آج کچھ موٹی موٹی باتیں بتاتے ہیں۔ ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے سادے مسائل کا حل نہ ہوں لیکن ائمہ تدبیر کی جائے تو زندگی میں آسانیاں مانگی جاسکتی ہیں۔

بچت کی عادات ڈالیں

ہو سکتا ہے کہ یہ آپ کے لیے جھسکا ہوا تیل ہو۔ لیکن یقین جانیں یہ انتہائی کارآمد نسخہ ہے۔ بچت واقعی

مارچ 2015ء

وغیرہ کیونکہ یہ کبھی دس تو کبھی اسی روپے کھلتے ہیں۔
دو وقت کا کھانا ایک ساتھ

دو وقت کا کھانا اکٹھا بنانے سے خاطر خواہ بچت ہو سکتی ہے۔ دن کے وقت جو بھی گوشت یا وال بنائیں، رات کو اسے چاولوں یا روٹی کے ساتھ استعمال کریں۔ کہتے ہیں کھایا پیا کس نے دیکھا، لیکن پہنا سب دیکھتے ہیں۔ اس کا مطلب یہ نہیں کہ آپ کبھی اچھا کھائیں ہی نا لیکن ضروری نہیں کہ ہر کھانے میں گوشت کی ایک ڈش موجود ہو۔ آپ بھری کھانے کی بھی عادت ڈالیں۔ یہ نہ صرف صحت کے لیے بہتر ہیں بلکہ نسبتاً سستی ہوتی ہیں اور اس سے اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

سبزیاں گھری پر

آگاہی جاسکتی ہیں

پودینہ، ہرا دھنیا، ہری مرچیں، لیموں اور توری سمیت کئی سبزیاں گھریوں میں بآسانی آگاہی جاسکتی ہیں۔ اس طرح ذرا سی محنت سے ماہانہ بڑی رقم بچائی جاسکتی ہے اور خاص طور پر اگر آپ کے گھر میں کوئی کیاری ہے، یا اتنی جگہ ہے تو اس سے بہتر کوئی اور چیز ہو ہی نہیں سکتی۔ یہ نہ صرف آپ کے پیسے بچائیں گی بلکہ آپ کو نئی لذت سے بھی روشناس کرائیں گی۔ تازہ سبزی کا مزہ کیا ہوتا ہے یہ تو کوئی ان سے پوچھے جو یہ سبزیاں کھاتے ہیں۔

گھری کے کھانے کی عادات ڈالیں

اپنے شوہر، بھائی، بیٹے اور بیٹی وغیرہ کو گھر سے کھانا تیار کر کے دیں۔ باہر سے کھانا مہنگا پڑتا ہے۔ کبھی کبھار تو خاندان کے ساتھ باہر جا کر کھانا کھانا ٹھیک ہے لیکن اسے اپنی عادت نہ بنائیں۔ اس طرح کے معمولات آپ کے بجٹ کو شدید متاثر کرتے ہیں۔ آپ تین چار ہزار ایک وقت میں اڑا دیتے ہیں

اور پھر مہینے کے آخر میں ایک ایک روپے کے لیے پریشان ہوتے ہیں۔ ایسا نہ کریں، اعتدال کا دامن کبھی ہاتھ سے جانے نہ دیں۔

موسمی سبزیوں اور

پھلوں کا استعمال

کوشش کریں کہ صرف موسمی پھل اور سبزیاں ہی استعمال کریں، کیونکہ بے موسم کے پھل اور سبزیاں مہنگے داسوں فروخت کیے جاتے ہیں۔ آپ چاہیں تو مٹر وغیرہ جب سستے ہوں تو انہیں محفوظ کیا جاسکتا ہے۔ انہیں پلاسٹک کی تھیلیوں میں فریج میں رکھا جاسکتا ہے، لیکن میز کے بعد یہ بہت مہنگے ہوتے ہیں۔ اس لیے کوشش کریں کہ ہمیشہ سبزیاں موسمی ہی استعمال کریں۔ اس سے بھی اچھی خاصی بچت ہو سکتی ہے۔

مہمان داری اور گھری پر تیاری

اگر ہاتھ میں پیسے ہوں تو مہمانوں کی آمد ناگوار نہیں گزرتی۔ اس کے باوجود کچھ باتوں پر عمل کرنا زیادہ بہتر ہے۔ مثال کے طور پر بازار سے مہنگے اسٹیکس خریدنے کے بجائے انہیں گھر میں بنائیں۔ مہمانوں کی آمد پر مہنگے سافٹ ڈرنکس کے بجائے لیموں کا شربت یا کوئی اور شربت پیش کیا جاسکتا ہے۔ روٹ، سموے، پیرا اور کباب وغیرہ گھر میں بنا کر رکھیں۔ اگر آپ کے مہمان کھانے پر آ رہے ہیں تو متوازن بجٹ بناتے ہوئے سبزی اور گوشت کی ایک سے دو ڈشیں تیار کریں۔ چٹنی، سلاد اور راستے سے کھانے کو پرکشش بنائیں۔ اس طرح چھوٹی چھوٹی باتوں پر عمل کر کے مہنگائی کو گھر پر ہی کسی حد تک اپنی سمجھداری سے قابو کیا جاسکتا ہے۔



روزانہ کھانا

بڑے ہوتے بچوں کے جذبات کو سمجھیے...

بچہ اس کائنات کی فکر کرنا چاہتا ہے۔ وہ اپنے خیالات کی قدر افزائی چاہتا ہے۔ اس مرحلے پر جب اسے والدین کی جانب سے کچھ پابندیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو وہ ان سے جھگڑنے لگتا ہے۔ والدین جو کہ اس پورے دور میں اس کے ہمراہ ہوتے ہیں اس عمر کے پیچیدہ انداز و اطوار سے اچھی طرح واقف ہوتے ہیں۔ والدین بچے کی حفاظت اور تحفظ کے لیے اسے کچھ حدود کا پابند بنا دیتے ہیں۔ یہ نو عمر سخت غصہ کا اظہار کرتے ہوئے والدین کی ہدایات پر کان نہیں دھرتا اور ان کی ہدایتوں اور نصیحتوں کو ایک ناخوش گوار حراحت اور رکاوٹ کے طور پر لیتا ہے۔ بچہ سوچتا ہے کہ اس کے والدین شاید اسے سمجھ ہی نہیں سکے ہیں اور والدین سمجھتے ہیں کہ ان کا بچہ بے وقوف ہے۔ یہاں

پھر وہ والدین ہی ہیں جنہیں نو عمروں کی تمام حماقتوں کو گوارا کرنا پڑتا ہے اور وہ اپنے غصیلے اور خفا بچے کی دلجمعی اور غصہ ٹھنڈا کرنے کی کوشش کرتے ہیں۔

ایک اور اہم چیز جسے والدین عموماً یا تو فراموش کر دیتے ہیں یا نظر انداز وہ ہے تفریح اور کھیل کی صورت میں مثبت سرگرمیوں کی اہمیت۔ عنوان شباب میں بچہ گرم لال دھات کی مانند ہوتا ہے۔ تھوڑی سی کوشش اور سعی سے اس کی توانائیاں تعمیر بی کاموں میں لگائی جاسکتی ہیں۔ جیسے پینٹنگ،

بچہ اس کائنات کی سب سے حسین اور انمول ہستی ہے، بچہ انسانی رویہ کے ناشائستہ پہلوؤں سے بے خبر، تشدد اور نفرت سے پاک، اپنے والدین کی بنائی ہوئی دنیا میں خوش اور مگن ہوتا ہے، مگر جوں جوں وہ بڑھنے لگتا ہے اس کے اندر تہدیلیاں رونما ہونے لگتی ہیں، یہ تہدیلیاں تیرہ سے انیس سال کے درمیان زیادہ نمایاں ہو جاتی ہیں۔ یہ دور عنوان شباب کہلاتا ہے۔ انسانی عمر کا یہ عرصہ تہایت نازک اور اہم ہوتا ہے جب کردار کی تبدیلیاں بچے کے مختلف تعلقات پر اثر انداز ہوتی ہیں۔ اب بچہ اپنی شناخت اور تاثرات کا اظہار چاہے گا۔ وہ دوسروں پر انحصار کی بجائے خود کو بالغ ثابت کرنے اور اپنی انفرادی شناخت کے لیے برسرِ پیکار ہو گا۔



انسانی کردار اور رویوں پر کئی چیزیں اثر انداز ہوتی ہیں۔ مثلاً ماحول، تربیت، مشاورت، والدین اور بچے کے درمیان گفتگو اور ہم آہنگی و مطابقت وغیرہ۔ بالغ عمری میں ہارمونز کے بھی نوعمر کے رویے پر گہرے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ عنوان شباب میں انسانی جسم میں مینابولزم کی شرح انتہائی بلند ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ عمر کے اس دور میں بچہ توانائی سے بھرپور جو شیلہ اور سرگرم ہوتا ہے۔ جارحیت پسندی کا اس پر غلبہ ہوتا ہے اور وہ نیا پرستے زاویے سے غور و



Copied From Web

رائٹنگ، کھیل اور موسیقی کے ساز وغیرہ۔ اس طرح وہ ایک ممتاز اسپورٹس مین کے سانچے میں داخل سکتا ہے یا کسی اور تخلیقی کام کا ماہر بن سکتا ہے۔

بچے کی مدد اور اسے دور بلوغت کی پیچیدگیوں سے باہر نکالنے کے کئی طریقے ہیں۔ نو عمروں کی تربیت کے لیے ماحول کی بڑی اہمیت ہے۔ ماحول پر سکون اور اطمینان بخش بنا کر نو عمر کو بھی پر سکون اور مطمئن رکھا جاسکتا ہے۔ یہ بچے کی پرورش کا دوسرا اہم عنصر ہے۔ مطمئن رہنے اور صبر و تحمل کی تربیت عمر کے اس دور میں بہت زیادہ بچکان اور اضطرابی کیفیات میں مبتلا ہونے سے بچاتی ہے۔

آزادی ہر انسان کا بنیادی حق ہے اور ذاتی شناخت ایک جلی خواہش ہے۔ امیر ہو یا غریب، جوان ہو یا بوڑھا اسے ہمیشہ منصوبہ بندی کی ضرورت رہتی ہے۔ وہ اپنے کام کی حوصلہ افزائی چاہتا ہے۔ اسے اپنے کام میں آزادی کی تمنا رہتی ہے۔ آزادی سے کام کرنے کی یہ خواہش لڑکپن میں وقتاً فوقتاً ابھرتی رہتی ہے۔ یہ ایک ایسی عمر ہوتی ہے جہاں جذبات اپنے عروج پر ہوتے ہیں اور کام کو اپنی مرضی سے پایہ تکمیل تک پہنچانے کی خواہش شدید ہوتی ہے۔ بچہ محسوس کرتا ہے کہ وہ نہایت اہم ترین فرد ہے مگر اس کے والدین اسے اپنی توانائیاں استعمال کرنے کے لیے آزاد نہیں ہونے دیتے۔ وہ جن پابندیوں کا سامنا کر رہا ہوتا ہے اس پر اپنے والدین سے احتجاج کرتا ہے اور جب والدین اس کے احتجاج کو اہمیت نہیں دیتے ہیں تو بچے کی شخصیت اندرونی خلفشار میں مبتلا ہونے لگتی ہے، جو بعد میں نفسیاتی امراض کی شکل بھی اختیار کر سکتی ہے۔ نو عمر

کے اندر جذبات اور احساسات کا جو سمندر موجزن ہوتا ہے وہ اپنے اظہار کے لیے کوئی غلط راہ تلاش کرنے اور جذبات کی تسکین کی خاطر جرائم کی طرف راغب ہو کر تشدد کی راہ اپنا سکتا ہے۔

ایک بہت اہم عنصر والدین اور بچے کے درمیان رابطہ ہے۔ بیشتر والدین اگرچہ بچے کے سیکھنے کے عمل میں پوری طرح شریک رہتے ہیں، مگر اپنے اور بچے کے مابین باہمی عمل کی اہمیت کو نہیں سمجھتے۔ والدین کو یہ حقیقت معلوم ہونی چاہیے کہ ان کے بچے ان کی اپنی ذمہ داری دیتے ہیں۔ انہیں دنیا کے نشیب و فراز سے آگاہ کرنا ان کے فرائض میں شامل ہے۔ ایسے والدین جو دیگر معاملات میں خود کو بہت زیادہ وقف کرتے ہیں، مگر بچوں کو نظر انداز کر دیتے ہیں۔ ان کے بچے عموماً خوفزدہ، اداس اور سونے اور کھانے کی تیاریوں میں مبتلا رہتے ہیں۔ ایسے والدین کو اپنی ترجیحات کا درست تعین کرنا چاہیے۔ بچوں کو مناسب وقت دینے اور توجہ و نگہداشت کے ذریعے انہیں دور بوخت کی تکلیف و تجربات سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ مختصر یہ کہ نوجوانی کا دور آزاد رہنے، آزادی سے کام کرنے اور نمایاں ہونے کی خواہش کہلاتا ہے۔ غیر مہذبانہ اور سخت سلوک سے ان کے جذبات کو دبانا نہیں چاہیے بلکہ مہربانی اور ہمدردی کے ساتھ ان کے جذبات کا احترام کرنا چاہیے۔ اس طرح وہ ہمارے معاشرے کا ذوق شعور، فہم اور کارآمد فرد بن سکتے ہیں۔ بصورت دیگر وہ منظم کاریوں میں ملوث ہو کر خاندان کے ساتھ ملک و قوم پر بھی ایک بوجھ بن سکتا ہے۔



تعلیمی و اجتماعی



مقام.... کمرہ امتحان....
منظر.... ڈیسک پر بیٹھے ہوئے
امتحان دینے والے طلباء و
طالبات، ہاتھوں میں کوری شیٹ
اور ذہن اس شیٹ سے بھی زیادہ
سادہ اور کورا۔

رات بھر جاگ کر جو کچھ
پڑھا تھا۔ وہ سب ذہن سے یوں
غائب ہو گیا جیسے گولی کی آواز سن
کر پیڑوں پر بیٹھی ہوئی چڑیا میں
ٹھہر سے اڑ جاتی ہیں۔ پھر جونہی
گھڑی امتحان کے وقت کے
خاتمے کی منادی کرتی ہے، ممتحن

امتحان کا خوف

مایوسی اور ایک بے نام سا خوف لاحق ہو جاتا ہے۔ ان
کے اسباب ملے جلتے ہیں۔ فیملی کا ماحول، والدین کا
رویہ اور ان کی توقعات، بہت زیادہ
دباؤ اور خود طالب علم کی یہ
خواہش اور آرزو کہ اس کا رزلٹ خوب سے خوب تر
ہو۔ کچھ لوگوں پر تو یہ وقت اتنا بھاری ہوتا ہے کہ وہ
سچ بچہ پڑ جاتے ہیں۔ سخت مایوسی، افسردگی اور بد
دلی میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ چڑچڑے اور گوشہ نشین
ہو جاتے ہیں۔



ہال میں داخل ہوتے ہیں اور سب کے ہاتھوں سے
کایاں چھیننے لگتے ہیں۔ طلباء و طالبات کے ہاتھ پر
پسینہ کی ننھی مٹی بوندیں پھوٹ
پڑتی ہیں، ہتھیلیاں سوج جاتی ہیں۔

امتحان سے متعلق ذہنی تناؤ ایک حقیقت
ہے.... اگر ذہن سے سارے سوالات نکل گئے....
اگر ذہن بالکل کورا ہو گیا.... اگر میں ٹل ہو گیا....
اس قسم کے خیالات نسل در نسل غالب علموں کو
پریشان کرتے رہے ہیں اور اب جیسے جیسے دنیا میں
مقابلہ بڑھتا جا رہا ہے یہ فرق اور تضاد اور بھی شدت
اختیار کرنا جا رہا ہے۔ آپ کی کامیابی کا وارودار ان
نمبروں پر ہے جو آپ حاصل کرتے ہیں۔ جیسے جیسے
امتحان کے دن قریب آتے جاتے ہیں دیے دیے
طالب علموں میں بے اطمینانی، کم خوابی اور بھوک نہ
لگنے کی شکایتیں پیدا ہونے لگتی ہیں۔ ذہنی انتشار،

بچے کا پورا مستقبل داؤ پر لگا ہوا ہوتا ہے۔ اب
ظاہر ہے جب سب کچھ داؤ پر لگا ہوا ہو تو ذہنی تناؤ میں
مبتلا ہونا ایک فطری امر ہے۔ بچوں کے مستقبل کا
انحصار اس بات پر نہیں ہوتا کہ وہ کتنے اہل ہیں یا
پورے سال کتنی محنت کرتے رہے ہیں یا پھر یہ کہ وہ
اپنے تعلیمی کیریئر کے آغاز ہی سے خود کو کتنا لائق

ثابت کرتے آرہے ہیں بلکہ اس کا انحصار امتحان کے ان تین فیصلہ کن گھنٹوں پر ہوتا ہے اور وہی تین گھنٹے ان کی قسمت کا فیصلہ کر دیتے ہیں۔

پچھلی کارکردگی کی کوئی اہمیت نہیں ہوتی، لہذا طالب علم بننا کچھ چاہتے ہیں اور بن کچھ اور جاتے ہیں۔ جو ڈاکٹر بننا چاہتے ہیں وہ کمپیوٹر گریجویٹ اور جو انجینئرنگ کے شعبے میں کمال دکھا سکتے ہیں وہ مواصلات کے شعبے میں چلے جاتے ہیں۔ والدین کی غیر فطری توقعات اور طالب علم کے ذہنی تناؤ کو بھی اس میں شامل کیا جاسکتا ہے جن میں کئی گنا اضافہ ہو جاتا ہے۔

اس مسئلہ کا حل خود گھر میں موجود ہے چنانچہ گھر ہی سے اس کے حل کا آغاز ہونا چاہیے۔

والدین بچے پر اپنی توقعات اور خواہشات کا بوجھ نہ ڈالیں۔ بچے کی آدمی فکر اور پریشانی اس وقت دور ہو جاتی ہے جب وہ اپنے والدین کو اپنی کارکردگی کی طرف سے بالکل مطمئن پاتا ہے۔ لہذا والدین کو چاہیے کہ وہ بچے کو یقین دلا کر اس کے اعتماد میں اضافہ کریں۔

والدین کو اس امر سے آگاہ ہونا چاہیے کہ اگر بچے کی کارکردگی مساوی سے بھی کم ہے تو متبادل آپشن کی ایک وسیع رینج موجود ہے۔ کیریئر کے بارے میں صلاح و مشورہ اور غور و خوض میں مددگار ثابت ہو سکتا ہے۔ اب محض میڈیسن یا انجینئرنگ ہی کیریئر کا واحد انتخاب نہیں رہ گیا۔ یہ سمجھنا بہت اہم ہے کہ صرف اعلیٰ درجے کے کالج میں داخلہ بھی کامیابی کی ضمانت نہیں ہے جہاں کم سے کم نوے پچانوے فیصد مارکس کی ضرورت ہوتی ہے۔

بننے کے لیے کسی کو ہمیشہ ٹاپ کرنے کی ضرورت نہیں۔ اس کے بجائے انگریزی میں 75 سے 80 فیصد نمبروں اور بقیہ مضامین میں اس سے تھوڑا زیادہ اور اپنی صلاحیت کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ صرف ایک مثال ہے۔

اسکولوں کو بھی اس سلسلے میں اہم رول ضرور ادا کرنا چاہیے۔ وہ بچوں کی صلاحیتوں کو چھوٹی جماعتوں سے نکھاریں۔ اگر ابتداء میں بچوں کی صلاحیتوں اور ان کی اہلیت کا اندازہ ہو جائے تو اس کی صلاحیت اور اہلیت کے پیش نظر ہی اس سے کام لیا جانا چاہیے اور اس پر محنت کرنی چاہیے۔

ماہرین یہ محسوس کرتے ہیں کہ اگرچہ مقابلے کے امتحان کو ختم تو نہیں کیا جاسکتا لیکن اسے سب کچھ بھی نہیں ہونا چاہیے۔ اسکولوں کو چاہیے کہ وہ اپنے طلباء و طالبات کو امتحانات سے پہلے کی زندگی کے لیے بھی تیار کریں جو کہ ان امتحانات سے زیادہ اہم ہے۔

ایک ماہر تعلیم کا کہنا ہے کہ ہمیں اپنے اسکولوں میں تعلیمی نیولے وہ سسٹم کو متعارف کرانا چاہیے۔ اوپنول اور اسے لیول، جیسا کہ بیرون ممالک میں رائج ہے۔ ان کے ہاں ذخیرہ سارے لازمی مضامین نہیں ہوتے بلکہ وہ بہت سے اختیاراتی مضامین کی سہولت فراہم کرتے ہیں اور طالب علموں کو اختیار ہوتا ہے کہ وہ اپنی اہلیت اور صلاحیت کے مطابق مضامین اختیار کریں انہیں ہر چھ ماہ بعد امتحانات میں ایک مرتبہ نہیں بار بار بیٹھنے کی اجازت ہوتی ہے۔

ہر بچے کی صلاحیت جدا ہوتی ہے لہذا انہیں ایک مخصوص اور غیر چنکرار طرز عمل کے تحت جانچا نہیں جاسکتا۔ ہمیں چاہیے کہ ہر بچوں کو ایک ایسا راستہ

پیدا کیا جائے

ذہن میں رہتے ہیں۔

❖.... اسباق کو دوہرانے کا ایک منصوبہ بنائیں اور اس پر سختی سے عمل کریں۔ خود کو اتنا وقت دیں کہ پورا کورس دوہرا سکیں۔ ترجیحاً دو مرتبہ۔

❖.... دماغ کو سکون پہنچانے کے لیے لہذا ذہن کسی بھی شے پر مرکوز کریں۔ مراقبہ، یوگا وغیرہ یا کوئی بھی ایسی مشق جس سے آپ کی توجہ دوسری طرف مبذول ہو۔ یہاں آپ کے ذہن کے تناؤ اور کشیدگی کو کم کرنے اور ذہن کو مرکوز کرنے میں مددگار ثابت ہوگی۔

❖.... اپنے ٹیچر یا ٹیوٹر سے مدد لیں۔ ان سے پوچھیں کہ کورس کس طرح دوہرائیں اور کس طرح امتحان کی تیاری کریں۔

❖.... پورن فینڈس، پیٹ بھر کر کھائیں اور تھوڑی بہت ورزش کریں۔

❖.... حتیٰ المقدور محنت کریں۔ انسان کو شش ہی نہ ملتا ہے۔ اس سے زیادہ تو کوئی کچھ نہیں کر سکتا۔



ماحول عطا کریں کہ جس سے ان کی صلاحیتیں ابھر کر سامنے آسکیں اور وہ اپنی صلاحیتوں کو اس شعبے میں بروئے کار لائیں جس سے انہیں دلچسپی ہو، لیکن بیشتر مدارس تسلیم کرتے ہیں کہ ہر چند یہ کہ وہ تبدیلی لانا چاہتے ہیں لیکن سسٹم سے ان کے ہاتھ بندھے ہوئے ہیں۔ امتحانی بورڈ کے قواعد و ضوابط، یونیورسٹی میں داخلہ کے لیے رہنما خطوط وغیرہ وغیرہ۔ چنانچہ ان کے پاس سوائے اس کے کوئی چارہ نہیں کہ وہ بورڈ کے طے کیے ہوئے قواعد و ضوابط کی تقلید کریں۔

چند مفید مشورے

❖.... جس طرح دکھ باٹنے سے اس کی شدت میں کمی آجاتی ہے اسی طرح اگر مسئلے کو بانٹا جائے تو وہ آدھا رہ جاتا ہے۔ اگر آپ ذہنی کشیدگی میں مبتلا ہیں تو اپنا مسئلہ کسی ایسے شخص سے بیان کریں جس پر آپ بھروسہ کرتے ہوں، آپ یقیناً بہتر محسوس کریں گے۔

❖.... نوٹس بناتے وقت لال روشنائی بھی استعمال کریں۔ لال روشنائی سے لکھے ہوئے الفاظ نسبتاً تادیر

تاج محل کا حسن ماند پڑنے لگا



اس کی یونیورسٹی جار جیا انسٹی ٹیوٹ آف ٹیکنالوجی کے سائنسدان پروفیسر مائیک برجن نے ایک تحقیق کی ہے جس میں انکشاف ہوا کہ تاج محل کے ارد گرد کے علاقے میں ایلے اور کلڑیاں جلانے سے بننے والی گیس اور دیگر آلودگی سے پیدا ہونے والی گیسوں کے ذرات سفید سنگ مرمر کے اوپر چپک رہے ہیں۔ اس کی سطح پر براؤن کاربن، سیاہ کاربن اور مٹی کے ذرات جمع ہو رہے ہیں جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ تیزی سے دھندلا رہا ہے، خصوصاً براؤن کاربن الٹرا وائٹ روشنی کو جذب کرتی ہے جس کی وجہ سے عمارت کا رنگ سفید کی بجائے بھورا اور نیلا نظر آتا ہے۔

صحت و معاشی زندگی



آج دنیا بھر میں ہزاروں متبادل طریقہ ہائے علاج موجود ہیں۔ ان میں رنگ، روشنی، موسیقی، سانس، مقناطیس، ہتھکڑیاں، پانی، خوشبو اور جڑی بوٹیوں سے علاج وغیرہ شامل ہیں۔ اس کے علاوہ یوگا، ریکی، مراقبہ، ایکو پیچر، ایکوپریشر، ریفلکسولوجی، پیسوتھراپی، شیاٹسو، الیکٹریٹر، مکنٹیک، آپو روید، فینگ شوئی، ٹائی جی، آئریڈیولوجی، کاسٹیسولوجی، مساج، کی کوٹنگ وغیرہ بھی متبادل طریقہ علاج میں شامل ہیں۔



فنگ شوئی 風水 Feng Shui



فینگ شوئی ایک قدیم سائنس ہے۔ اس کا تعلق چین سے ہے۔ فینگ شوئی کے ذریعے تزئین و آرائش میں معمولی تبدیلی سے فطرت کے اصول آپ کے گھر یا کام کی جگہ میں رویہ عمل ہو سکتے ہیں۔ اس سے ذہنی یکسوئی کے ساتھ ساتھ آمدنی میں بھی نمایاں اضافہ ہو سکتا ہے۔ روحانی ڈائجسٹ کے قارئین کے لیے ان صفحات پر چین کے معروف متبادل طریقہ علاج فینگ شوئی پر تحریر۔



گزشتہ سے پیوستہ

فرہاد اپناٹک علشہ کے گھر پہنچ گیا۔ وہ اس کا فون ریسیو نہیں کر رہی تھی اور فرہاد کے لئے اس سے بات کرنا شد ضروری تھا۔

دروازے پر فرہاد کو دیکھ کر فضا کا چہرہ کل اٹھ "فرہاد بھائی آپ..... تھیک کلا آپ آئے تو سہی۔" اس نے جلدی سے پورا دروازہ کھول دیا۔ "اٹکل جیسا گھر پر۔" اس نے رسی طور پر پوچھا۔ "نہیں وہ تو آفس میں تھا۔ ہاں ماما بانی ہیں۔ اسے اندر تو آئیے...." وہ اس کا ہاتھ پکڑ کر اندر لے گئی۔

مسز رحمان کے لئے فرہاد کی موجودگی کسی حیرت سے کم نہ تھی اور علشہ.... اسے کچھ سمجھ نہیں آ رہا تھا کہ وہ فرہاد سے کیا بات کرے گی۔ "آئی بہت آپ کی اجازت ہو تو میں علشہ سے ملنا چاہتا ہوں۔" فضا علشہ کو سونپنے کرنے میں ناکام رہی تھی۔

"بیٹا تم تو جانتے ہو کہ وہ کتنی حساس ہے۔ اس وقت وہ انجمن کا صدر ہے کہیں کوئی بات تمہارا دل دکھا دے شاید اسی لئے خٹے سے کتراری ہے۔" مسز رحمان علشہ کی حالت بیان کرنے لگی۔

"آئی جو ہوا ہے اب اس سے زیادہ کیا دل دکھائے گی میرا" مسز رحمان نے اس کے لہجے میں درد کو واضح طور پر محسوس کیا۔

"تم چاہو تو اس سے کمرے میں جا کر مل لو۔ میری طرف سے اجازت ہے۔" وہ کھڑی ہو گئیں "جی شکریہ آئی۔"

دروازے پر ہونے والی دنگ علشہ کو فرہاد سے آنے کا پتہ دے رہی تھی۔ وہ جانتی تھی اگر باہر نہ گئی تو وہ اندر چلا آئے گا۔ وہ اپنے دونوں ہاتھوں کی انگلیاں ایک دوسرے میں ٹھسائے تنقیز بیٹھی تھی "تو اب شکل بھی نہیں دیکھتی۔" فرہاد نے درد سے کہہ علشہ نے نظر اٹھا کر فرہاد کی طرف دیکھا اور پھر اسے خود پر ضبط نہ رہا۔ وہ بے اختیار رو پڑی۔

فرہاد سے اس کا رونا نہیں دیکھنا جا رہا تھا۔ "کیا ہو گیا ہے تمہیں...." کیا کر رہی ہو اپنے ساتھ؟ ام سے کم مجھ سے بات تو کرو۔ آخر ایسا کیا ہوا کہ تم مجھ سے بات کرنے کی بھی رو دوار نہیں۔" فرہاد نے شکلوں کا دفتر کھول دیا۔

"نہیں فرہاد آپ سے کچھ نہیں بول سکتی تو یہ ہے کوئی بھی قصور وار نہیں۔"

"تو پھر کوئی توجہ ہے نہ اس سب کی۔" "بس نہ جانے کیوں میں آپ کے گھر میں خود کو کفر نہیں محسوس نہیں کرتی۔"

"کیا مطلب؟" "مطلب یہ کہ مجھے وہاں گھبراہٹ ہوتی ہے۔ وہاں جاتی ہوں تو آپ سے چڑنے لگتی ہوں اور پھر رات بھر ڈراؤنے خواب مجھے اذیت میں مبتلا رکھتے ہیں۔ آئی ایم سوری فرہاد.... مگر مجھے کچھ بھی سمجھ نہیں آ رہا میرے ساتھ کیا ہو رہا ہے۔"

"تو تم نے مجھے یہ سب بتایا کیوں نہیں؟" فرہاد کا لہجہ نرم ہو گیا

"کب بتاتی.... آپ آج کل پہنے سے زیادہ معروف ہوتے ہیں اور کج تو یہ ہے کہ کیا بتاتی۔" وہ

نیدرلینڈز

چکیاں لے کر رونے لگی ”بس مجھے شادی نہیں کرنی۔“
 ”لیکن یہ کوئی معقول وجہ تو نہیں۔“ فرہاد کے لہجے
 میں الجھن تھی، مگر غلبہ کے پاس سوائے آنسوؤں کے
 کوئی اور جواب نہ تھا۔



”کیا بوجیا ہے یہ سب کچھ؟ کس کی نظر کھا گئی
 میری بچی کو۔؟“ مسز رحمان نے رونا شروع کر دیا۔
 ”مجھے تو لگتا ہے کسی نے جادو کر دیا ہے ہمارے
 بچوں پر۔“ مسز غیاث بولیں۔ وہ فرہاد کو یوں مایوس
 دیکھ کر غلبہ سے منے آئیں تھیں۔ غلبہ انہیں بہت
 عزیز دوستی تھی۔

رحمان صاحب نے ایک نظر ان کی طرف دیکھا۔
 وہ ان کی نظر کا مطلب سمجھ کر جلدی سے بولیں ”ارے
 بھائی صاحب جادو نوٹ کوئی وہم نہیں حقیقت ہی ہے اور
 پھر سوچئے ہماری مشبہ کوئی تم عقل یا بوجہ توف لڑکی
 تو نہیں جو کسی کہ کہے میں آسانی سے آجائے۔ دونوں کی
 تین سال پرانی دوستی ہے۔ ایک دوسرے کی ہر بات
 سمجھتے ہیں۔ جان چھڑکتے ہیں اور سب سے بڑھ یہ کہ
 ایک دوسرے سے پیار کرتے ہیں۔ اب ایسے رشتوں
 میں جھنے والے کوئی تم تو نہیں ہوتے نا۔“ انھوں نے
 بڑی تفصیل سے اپنے شک کی توجیہ بیان کر دی۔

بات ان کی معقول تھی۔ وہ خاموش سوچتے رہے۔
 ”اگر آپ لوگ برانہ مانے تو میں ایک صاحب کو
 جانتی ہوں بہت نیک اور عبادت گزار ہیں۔“ انہیں
 چپ دیکھ کر مسز غیاث نے حل پیش کیا۔

”میرا مطلب ہے اللہ تعالیٰ نے ان کی دعا میں بڑا
 اثر رکھا ہے۔ ان کے دم سے تو کئی مریض شفا یاب ہو ہی
 جاتے ہیں ساتھ ساتھ وہ لوگوں کے دیگر ذہنی اور گھریلو
 مسائل کا حل بھی بتاتے ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ لوگوں کی

زندگی میں بہتری لانے میں مصروف ہیں۔“ مسز غیاث
 نے تعریفوں کے ہلکا باندھ دیئے۔
 ”میری مائیں بھائی صاحب تو آپ چل کر ان سے
 مل لیجئے۔ یقین کیجئے آپ کو بہت تسلی ہوگی اور انشاء اللہ
 اس مسئلہ کا حل بھی نکل آئے گا۔“

مسز غیاث رحمان صاحب کو اپنے ایک جانے
 والے مولوی صاحب سے ملوانے پر بضد تھیں۔
 ان کی اتنی تعریفیں اور مسز غیاث کے اتنے
 اصرار کے بعد انکار کی گنجائش نہ تھی۔



وہیے تو خان صاحب کا اپورٹ ایکسپورٹ کا بزنس
 ہے۔ مگر ان کے دم سے شغلیابی اور دیگر متبادل طریقہ
 علاقہ کی وجہ سے مسز غیاث ان کو مولوی صاحب کہا
 کرتی تھیں۔ مسز غیاث کے فون کرنے پر پتہ چلا کہ وہ
 کسی ورکشاپ کے سلسلے میں باہر جا رہے ہیں۔ اس لئے
 ملاقات بند ہے۔ مگر خاندانی مراسم ہونے کی وجہ سے وہ
 انکار نہ کر سکے اور اور پھر ان کی میٹنگ رحمان صاحب
 کے گھر پر ہی ملے کر وادی گئی۔

رحمان صاحب ان سے مل کر بہت مطمئن ہوئے
 وہ ان کی شخصیت سے متاثر ہوئے بغیر نہ رہ سکے انھوں
 نے کچھ دیر غلبہ سے بھی ایک تفصیلی ملاقات کی۔ وہ
 اس سے اس کے مشاغل اور فرہاد سے اس کی دوستی سے
 متعلق کئی باتیں پوچھتے رہے۔

غلبہ نے بھی ہر بات مختصر انہیں سچ سچ بتادی۔ اس
 دوران وہ گھر کا بھی جائزہ لے رہے تھے۔ انھوں نے
 فرہاد کے حوالے سے بھی کچھ ضروری معلومات مسز
 غیاث سے حاصل کیں۔

وہ غلبہ سے مل کر بہت خوش ہوئے ”ماشاء اللہ آپ
 کی بیٹی بہت ذہین ہے۔“ بیگم رحمان تو پھولے نہیں

سائیں، مسز غیاث چپک کر بولیں 'بھائی صاحب میری ہونے تو اپنا گھر بھی بہت خوبصورت بنوایا ہے۔ آپ دیکھیں گے تو حیران رہ جائیں گے۔'

مسز غیاث کے علشہ کو بہو کہنے پر رحمان صاحب کے چہرے پر مسکراہٹ پھیل گئی۔ انہوں نے دل ہی دل میں اللہ کا شکر ادا کیا۔ "ارے تو پھر دیر نس بات کی میں بھی گھر دیکھنا چاہوں گا۔ اچھا ہے میری ایک ملاقات فرہاد سے بھی ہو جائے گی۔"

"کیوں بھابھی فرہاد تو گھر پر مل جائے گا نا۔" ان کے اچانک کھڑے ہو جانے پر سب تھوڑے حیران ہوئے۔ مگر پھر مسز غیاث نے فوری ہائی بھری۔ "ہاں ہاں ضرور۔ جب تک ہم پہنچیں گے وہ بھی آفس سے گھر پہنچ چکا ہو گا" وہ گاڑی کی چابی نکال کر کھڑی ہو گئیں۔

گھر پہنچ کر سب سے پہلے انہوں کو دیکھنے کی خواہش ظاہر کی۔ وہ کافی دیر کمرے کا جائزہ لیتے رہے۔ اور پھر ڈرائنگ روم میں بیٹھے ہوئے چائے کے دوران فرہاد سے بہت سی باتیں بھی کیں۔

"خان صاحب....! آپ نے کیا دیکھا مسئلہ کہاں ہے۔" کافی دیر گزرنے کے بعد جب خان صاحب کسی طرح کی کوئی بات نہ کی تو مسز غیاث سے رہانہ گیا۔ "بھابھی مجھے یقین ہے کہ آپ میری بات مثبت انداز میں سمجھیں گی۔"

"جی بالکل بھائی صاحب آپ بتائیے تو صحیح"

"دراصل بھابھی علشہ ماشاء اللہ بہت ذہین مگر بہت زیادہ حساس لڑکی ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ یہ مسئلہ وقت سے پہلے سامنے آگیا۔"

"کیسا مسئلہ....؟؟" اب فرہاد کے بھی کان کھڑے ہو گئے۔

"کیا کوئی جادو ٹونہ یا اللہ خیر....؟" مسز غیاث بولیں

"ارے نہیں بالکل نہیں۔ آپ کو شاید یاد ہو تین چار مہینے پہلے ہم نے کچھ باتیں انٹریر ڈیکور اور زیبائش سے متعلق کیں تھیں جس میں ہم نے فینٹ شوئی کی سائنس سے آپ کو متعارف کروایا تھا۔"

"جی ہاں کچھ کچھ یاد ہے۔ بہت دلچسپ موضوع تھا۔"

"اس کا مطلب آپ نے سب کچھ دلچسپی سے سنا مگر گھر کی تزئین و آرائش میں اس کا بالکل خیال نہ رکھا۔" وہ شاکی لہجہ میں بولے۔

"جی بھائی صاحب۔ بس خیال ہی نہیں رہا۔ ویسے کچھ صحیح طرح یاد بھی نہیں۔" مسز غیاث خجالت سے بولیں۔

"مگر ابھی فینٹ شوئی کا ذکر کہاں سے آگیا۔" فرہاد بے چینی سے بولا

"ارے بیٹا یہی تو اصل جڑ ہے۔"

"انگل پلیر کھل کر بات کیجیے۔ مجھے اب بے تابی ہو رہی ہے۔"

"جانتا ہوں بیٹا۔ اس لئے پہلے تمہید باندھ رہا تھا۔ خیر اب تم پہلے میری پوری بات سنا اور پھر کوئی رائے یا سوال کرنا۔ ٹھیک۔" وہ سنجیدگی سے بولے

فرہاد اثبات میں سر ہلا کر مزید قریب ہو کر بیٹھ گیا۔ "دراصل بیٹا اس میں کوئی شک نہیں کہ تمہارے کمرے سے باہر کا نظارہ بہت خوبصورت ہے۔ شام میں ڈوبتا ہوا سورج بہت دلقریب منظر پیش کرتا ہے مگر تمہیں اپنا ریلیشن بچانے کے لئے ڈوبتے سورج کی نہیں بلکہ ابھرتے سورج کے نظارے کی ضرورت ہے۔"

"انگل...." فرہاد لجاجت سے بولا۔ "مجھے کچھ

قرآن مجید

سمجھ نہیں آ رہا.... پلیز میک ایٹ ایزی“

”او کے۔ بھی فینگ شوئی کے اصولوں کے مطابق توانائی کا بہاؤ ہر سمت میں مختلف خواص لئے ہوئے ہوتا ہے جو ہماری صحت، ہمارے رزق، تعلقات اور بالخصوص ازدواجی رشتوں پر بہت زیادہ اثر انداز ہوتے ہیں۔ چونکہ یہ خواص ہم پر انفرادی طور پر اثر انداز ہوتے ہیں اس لئے ایک ہی سمت دو مختلف افراد میں مختلف اثرات پیدا کر سکتی ہے۔ ان اثرات سے زندگی کے دیگر معاملات کے مقابلے میں باہمی تعلقات زیادہ جلدی متاثر ہوتے ہیں۔“

”علشبہ چونکہ ایک بہت زیادہ حساس طبیعت کی لڑکی ہے اس لئے اس پر ان کا اثر جلد سامنے آ گیا۔ اور تم دونوں شادی کے بعد کی الجھنوں سے بچ گئے، دراصل تم دونوں کے ذاتی پاکوانمبر کے لحاظ سے یہ سمت تم دونوں کے تعلقات سے لئے بالکل بھی موافق نہیں۔“

”وہ یہاں ڈر خوف محسوس کرے گی۔ اسے ڈراؤنے خواب آئیں گے اور تمہارا ذہن بھی کاروبار یا دیگر مسائل میں زیادہ الجھا رہے گا اور خود کو کام میں زیادہ مصروف پاؤ گے جو علشبہ میں عدم تحفظ پیدا کرے گا اور یہ جو اتنا بڑا سا اثر انفسار مر بالکل تمہاری کمرے کے منہ پر لگا ہوا ہے یہ شاتوانائی پیدا کرتا ہے جس کے بہت برے اثرات مرتب ہوتے ہیں۔“

”انگل یہی سب تو ہو رہا ہے۔“

”میری رائے اور علم کے مطابق انہیں گراؤنڈ فلور پر اس کمرے میں شفٹ کر دیا جائے“ انھوں نے ڈرائنگ روم سے متصل بڑے کمرے کی جانب اشارہ کیا۔

”مگر علشبہ نے وہ بہت دل سے ہوا یا ہے۔“ فرہاد نے مزاحمت کی

خان صاحب مسکرا دیئے۔ ”ٹھیک ہے بیٹا اس کے لئے پھر میری ہدایات کے مطابق یہ تبدیلیاں کرواؤ اور ہاں دھیان رہے تمہارے کمرے کا رنگ فیشن کے مطابق تو ہے لیکن موزوں نہیں، بہت ڈل ہے اسے تو بدلوانا ہی پڑے گا۔“

”جی انگل آپ بتائے۔ میں آپ کی ہدایات پر عمل کرنے کی پوری کوشش کروں گا۔“ اسے تسلی ہوئی ”ہم....“ خان صاحب نے کچھ ضروری سامان کی لسٹ اسے دی۔ ”یہ سامان سستا بھی ہے اور با آسانی دستیاب بھی“ انھوں نے کہا اور پھر اسے کمرے میں مختلف سمتوں میں رکھنے کے لئے کہا۔ رنگ بدلنے کی ہدایات تو وہ پہلے ہی دے چکے تھے۔ مگر جس بات وہ نمصر تھے وہ مختلف جھروکوں اور کھڑکیوں کا بنوتا تھا۔ کمرے کے دروازے کا رخ بدلا جائے جس پر وہ کسی بھی طرح کے سمجھوتے کے لئے تیار نہ تھے۔

”مگر اتنی رقم تو ہم پہنے ہی لگا چکے ہیں بھائی صاحب“ مسز غیاث پریشانی سے بولیں ”بھابھی میں تو آپ سے کہہ رہا ہوں کہ ان دونوں کے پاکوانمبر کے مطابق یہ کمرہ سب سے زیادہ موافق ہے۔“

”ارے بیٹا اس کمرے کا اچار ڈالو گے جب علشبہ ہی ساتھ نہ ہوگی۔“ مسز غیاث نے فرہاد کو یوں سوچتا ہوا دیکھ کر سر زلزل کی۔

”جی آپ صحیح کہہ رہی ہیں۔ ٹھیک ہے انگل آپ جیسا مناسب سمجھیں۔“

اور پھر گراؤنڈ فلور کے اس کمرے کو خان صاحب کی مزید کچھ ہدایات کے مطابق آراستہ کیا گیا۔ ان کی ہدایت پر اب علشبہ بھی تقریباً روزی وہاں آتی تاکہ اس کی پسند کو مد نظر رکھا جاسکے۔ تقریباً ہفتہ دس دن میں

مسلمان کی منتقلی اور دیگر آرائش کا کام مکمل ہو چکا تھا۔ اسے آنے کیلئے کس طرح منایا گیا۔ یہ ایک الگ کہانی ہے۔ خان صاحب اب جلسہ سے ملنا چاہتے تھے۔ ان کی خواہش پر جلسہ اور تمام گھر والوں کو دعوت پر مدعو کیا گیا تھا۔

سب نے محسوس کیا جلسہ کچھ اتنی ہونی تھی مگر اس کی سب چھٹی میں کئی تھی۔ سب سے بڑھ کر یہ کہ جلسہ شادی کے لئے مانگنی تھی۔

مگر رحمان ان تمام باتوں پر یقین نہیں کر پارہی تھیں۔ "خان صاحب کیا واقعی یہ سب کچھ اتنی اثر انداز ہوتی ہیں۔" بیگم رحمان حیرت سے پولیس۔ خان صاحب کوئی جواب دینے بغیر منسوب دے۔

(دوستو ہمیں آپ کو یہ بات بتانے خوشی محسوس ہو رہی ہے کہ جب تک آپ اس قسط کا مطالعہ کر رہے ہوں گے تب تک یعنی فروری 2015 میں دونوں رشتہ ازادان کے خواہشور تہ بندھن میں بند چکے ہوں گے۔ کارنمین! جرنل پا کو اسکے ساتھ ساتھ ذاتی پا کو انہی کی اہمیت تو آپ سمجھ گئے ہوں گے۔ یہ نہ صرف خود بلکہ کاروباری تعلقات پر بھی اثر انداز ہوتا ہے۔ آپ اپنے ذاتی پا کو انہی سے کس طرح اپنی زندگی میں بالخصوص تعلقات میں بہتری لاسکتے ہیں اس کا کلیہ اور آپ کے لئے موافق اور ناموافق سمتوں سے متعلق دیگر معلومات اشاعت ہم آنے والی اقساط میں بیان کریں گے۔)



ٹریفک قوانین میں رنگوں کا استعمال کیسے شروع ہوا....؟

آج سے تقریباً 200 سال قبل برطانیہ میں ریلوے انجینئروں نے ریل گاڑیوں کے لیے اشاروں کا نظام وضع کیا جس میں سرخ، سفید، نیلے، سفید، سفید چلنے کے لیے اور سفید، سفید چلنے کے لیے استعمال کی جاتی تھی۔ سفید رنگ کے کچھ مسائل کی وجہ سے بالآخر اسے ترک کر دیا گیا اور نئے نظام کے تحت سرخ، سفید، سفید چلنے کے لیے اور سفید، سفید چلنے کے لیے استعمال کیا جانے لگا۔



انیسویں صدی کے وسط میں انگلینڈ میں گھوڑا گاڑیوں کا رخ بہت بڑھ گیا تو ریلوے انجینئر جون ہیک نامت نے انتظامیہ کو ریلوے کی تین روشنیاں رکھیں پر بھی استعمال کی تجویز دی۔ ابتدا میں تو یہ نظام بہت کامیاب رہا لیکن روشنیوں کو گیس فراہم کرنے والا ایک پائپ لیک ہونے سے آگ لگ گئی اور ایک پولیس والا شدید زخمی ہو گیا۔ اس کے بعد برطانیہ میں ان روشنیوں کا استعمال بند کر دیا گیا لیکن اسی دوران امریکیوں نے انہیں کامیابی سے استعمال کرتے شروع کر دیا۔ ایک امریکی پولیس مین ویم ایل پائرس نے 1920ء میں چوراہے میں چاروں طرف آنے والی ٹریفک کو کنٹرول کرنے کے لیے اشاروں کا نظام متعارف کروایا جس میں معمولی تبدیلیوں کے بعد یہ پہلے سارے امریکہ اور پھر ساری دنیا میں استعمال ہونے لگا۔

ترجمان کاغذ



کینسر CANCER اب مہلک مرض نہیں رہا....

بروقت تشخیص سے کینسر کا علاج ممکن ہے۔



انسانی شعور نے جیسے جیسے ارتقا کے مراحل طے کیے
ایسی متناسب سے نت نئی ایجادات منظر عام پر آتی گئیں،
خاروں میں رہائش کے دور سے جدید مشینیں دور تک پر
شعبہ میں ترقی کی راہیں ابھرتی گئیں۔
اب شعبہ طب کو سی لے بیچے، کبھی جویہ ریاں جان لیا
تصور کی جاتی تھیں اب ان میں بیشتر کا تو دنیا سے قطع
ہو چکا ہے اور بعض پر کا پوپایا جا رہا ہے۔

ہمارے زمانہ زندگی میں بہت سی خطرناک بیماریوں سے
واسطہ پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بیماری کا خوف ہی
آدمی جان لے لیتا ہے۔ چند برس قبل اگر کسی مریض میں نو مریضوں کی تشخیص کر دی جاتی تو دور ما کے عیروں
کے سے زمین نکل جاتی تھی، لیکن اب نئے طریقہ علاج کی آمد سے کینسر کا علاج بھی ممکن ہو گیا ہے۔ ماہرین کے
مطابق اگر سرطان کی بروقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے، مگر ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی
تشخیص کی شرح بہت کم ہے اس کی ایک بڑی وجہ عوامی آگہی کا فقدان ہے۔

چلے جاتے ہیں۔ موجودہ صورتحال کو کنٹرول نہ کیا گیا
تو 2030 میں کینسر میں سالانہ ہلاکتوں والے افراد
کی تعداد 2 کروڑ 60 لاکھ اور ہلاکت ہونے والوں کی
تعداد 1 کروڑ 60 لاکھ سے تجاوز کرنے کا خدشہ ہے۔
طبی ماہرین کے مطابق دنیا میں کینسر کی 17 فیصد
اموات سمجھوتوں، 11 فیصد پیٹ جبکہ 7 فیصد
اموات چھاتی کے کینسر کی وجہ سے ہوتی ہیں۔ پاکستانی
خواتین میں ہر سال لگ بھگ 90 ہزار سے زیادہ
کینسر کے کیس رپورٹ ہوتے ہیں، خواتین میں

زندگی میں بہت سی خطرناک بیماریوں سے واسطہ
پڑتا ہے لیکن کینسر یا سرطان کی بیماری کا خوف ہی
آدمی جان لے لیتا ہے۔ پاکستان سمیت دنیا بھر میں
کینسر تیزی سے پھیل رہا ہے۔ ماہرین کے مطابق دنیا
بھر میں سالانہ ایک کروڑ 27 لاکھ سے زیادہ افراد
مختلف اقسام کے کینسر کا شکار ہوتے ہیں اور ہر سال
81 لاکھ سے زیادہ افراد کینسر کے ہاتھوں زندگی کی
بڑی ہار جاتے ہیں۔ پاکستان میں تقریباً پچاس ہزار
افراد اس مہلک مرض کے باعث موت کے منہ میں

بریسٹ کینسر جبکہ مردوں میں پھیپھڑوں اور
پراسٹیٹ کے علاوہ منہ کے سرطان میں تشویشناک
حد تک اضافہ دیکھا گیا ہے۔

اعداد و شمار کے مطابق ہر سال اسی لاکھ افراد اس
مہلک مرض کی بھیئت چڑھ رہے ہیں لیکن ان میں
سے بہت سے مریض ایسے بھی ہیں جو اس بیماری کو
فلکست دینے میں کامیاب رہے ہیں۔ ڈاکٹر زکا کہتا ہے
کینسر کی تشخیص اگر بروقت ہو جائے تو علاج میں
آسانی ہو جاتی ہے اور مرض کے قابو میں آکر جسم
میں پھیلنے کے امکانات کم ہو جاتے ہیں۔

کینسر ایک ایسا مرض ہے جس کی جلد تشخیص نہ
ہونے سے انسان کی موت یقینی ہے۔ اگر سرطان کی
بروقت تشخیص ہو جائے تو اس کا علاج ممکن ہے مگر
ہمارے ملک میں سرطان کی ابتدائی تشخیص کی شرح
بہت کم ہے۔ اس کی وجہ حوالی آگئی کا فقدان ہے۔

کینسر کی ابتدائی علامات میں مستقل تھکن، وزن
میں اچانک کمی، درد، بخار، بائیسے کی مسلسل خرابی
اور کھانسی وغیرہ شامل ہیں۔ ماہرین طب کے مطابق
کینسر کے پھیلنے کی بڑی وجوہات تمباکو نوشی،
حفظان صحت کے اصولوں پر عملدرآمد نہ کرنا ہے۔
پان چھالیہ گٹا کینسر کی بڑی وجوہات میں شامل ہیں۔
کینسر کے خطرناک مرض سے متعلق عوام میں شعور
بیدار کرنے کی اشد ضرورت ہے۔

کینسر میں اضافے کی

پہلی اہم وجہ

کینسر کی وجہ سے اکثر اموات کی وجہ یہ نہیں کہ
ان کا علاج کیا جانا ممکن نہیں، بلکہ یہ ہے کہ ایک تو وہ
خود جان بوجہ کر اس مرض کو اپنا رہے ہیں اور

دوسری وجہ یہ کہ وہ کینسر کی علامات کو نظر انداز
کر رہے ہیں۔

پاکستان اور خاص کر کراچی میں "کینسر" سب
سے سستی بیماری ہے۔ صرف ایک روپیہ دیں اور
بیماری ساتھ لے جائیں۔ زندہ رہنے کے لئے ایک
روپے میں یہاں ایک روٹی نہیں ملتی، لیکن کینسر کے
ہاتھوں مرنے کے لئے ایک روپے کا سکہ ہی کافی
ہے۔ سرکاری ہو، پرائیویٹ ہو یا ملٹی نیشنل کمپنی کا
آفس کہیں بھی چلے جائیے، سب سے زیادہ سپاری،
گٹکے اور مین پوری کے ریپر آپ کو یہاں وہاں، یا
کوٹے کھدروں میں پڑے مل جائیں گے۔ ایک روپے
میں ملنے والی رخمین مینٹی سپاری کے رنگ برنگے
ریپر، مین پوری کی واٹر پروف تھیلیاں اور گٹکے کے
کاغذ اور شاپرز اس بڑی تعداد میں اور یوں ہر جگہ
اڑتے مل جاتے ہیں جیسے برسات کی پہلی بارش کے
قطرے زمین پر بکھرتے نظر آتے ہیں۔

کیا امیر اور کیا غریب گٹکے، سپاری اور مین پوری
کھانے والوں میں اس طرح کی تفریق نہیں۔ یہ بری
عادات کچھ اس طرح لوگوں کو اپنا غلام بنا لیتی ہیں کہ
نقصان ہونے کے باوجود لوگ انہیں چھوڑنے اور
بدلنے کو تیار نہیں ہوتے اور ہر قیمت پر جاری رکھتے
ہیں.... بیشتر افراد تو یہ شکایت بھی کرتے ہوئے مل
جاتے ہیں کہ اگر وہ یہ چیزیں استعمال نہ کریں تو ان کا
ذہن کام ہی نہیں کرتا، ان پر سستی چھائی رہتی ہے
اور دماغ سن رہتا ہے۔

گٹکا کی چھالیوں میں ٹنکس یعنی پھپھوندی آ جاتی
ہے۔ جس کی تیزی اور کڑواہٹ کو کم کرنے کے لئے
اس میں مصنوعی رنگوں کی ملاوٹ کی جاتی ہے۔ توام

کینسر کا شکار

کیئر کی یہ علامات ہیں جن پر توجہ دی جائے تو بڑے نقصان سے بچا جاسکتا ہے۔

کیئر ایک موذی اور مہلک مرض ہے، کچھ لوگوں میں اس کی تشخیص اس وقت ہوتی ہے جب اس کا علاج ممکن نہیں رہتا۔ برطانوی ماہرین صحت کا کہنا ہے کہ اگر کیئر کی ابتدائی علامات پر ہی توجہ دی جائے تو آنے والے بڑے نقصان سے بچا جاسکتا ہے۔ برطانیہ میں کیے گئے سروے میں یہ بات سامنے آئی کہ کیئر کے شکار لوگوں میں نصف نے ابتدائی علامات کو خاص اہمیت نہ دی، ڈاکٹروں سے رابطہ نہ کیا اور انہوں نے آنے والے دنوں میں بڑا نقصان کا سامنا کیا۔ آئیے آپ کو کیئر کی ابتدائی علامات بتاتے ہیں۔

- اگر آپ کو مستقل کھانسی لاحق ہو جائے تو فوراً ڈاکٹر سے ملیں کیونکہ یہ پھیپھڑوں کے کیئر کی ابتدائی علامت ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کے گل یا موہکے کے بننے میں تبدیلی ظاہر ہو تو یہ جلد کے سرطان کی طرف اشارہ ہو سکتا ہے۔
- آنت کے رویے میں غیر معمولی تبدیلی آنت کے کیئر کا پیش خیمہ ہو سکتا ہے۔
- اگر آپ کے منہ کے چھالے مستقل رہیں اور ٹھیک نہ ہوں تو یہ منہ کے سرطان کی ممکنہ علامت ہے۔
- اگر آپ کو کوئی چیز کھاتے ہوئے نکلنے میں مشکل ہو اور یہ علامت جاری رہے تو یہ گلے کے کیئر کی وجہ ہو سکتی ہے۔
- اگر آپ کا وزن بغیر کسی وجہ کے کم ہو رہا ہے تو ممکن ہے کہ یہ مختلف طرح کے کیئر کی ابتدائی علامت ہے۔
- اگر آپ کے مٹانے میں کوئی غیر معمولی تبدیلی آرہی ہے اور آپ کو پیشاب کرنے میں دشواری ہے تو یہ مٹانے اور پروسٹیٹ کیئر کی علامت ہو سکتی ہے۔
- جسم کے کسی حصہ میں مستقل درد بھی کیئر کی ممکنہ علامت ہے۔
- بغیر کسی ظاہری وجہ کے خون کا مسلسل رسنا مختلف طرح کے کیئر مثلاً آنت وغیرہ کی ابتدائی علامت ہے۔
- بغیر کسی وجہ کے جلد پر سرخ نشانات بننا بھی سرطان کی علامت ہو سکتی ہے۔
- ضروری نہیں کہ اوپر بیان کی گئی باتوں میں کسی ایک میں مبتلا ہونے کے بعد کیئر یقینی ہو لیکن پھر بھی ایسی صورتوں میں معالج سے مشورہ کرنا بہتر ہے تاکہ بڑے نقصان سے بچا جاسکے۔

پاکستان میڈیکل ایسوسی ایشن کے عہدیدار ڈاکٹر قیصر سجاد کا کہنا ہے ”گنگا اور مین پوری کیئر اور منہ کی دیگر بیماریوں کی بنیادی وجہ ہے۔ طویل عرصے تک گنگا اور مین پوری کھانے سے مسوزوں، حلق، پھیپھڑوں، معدے اور پروسٹیٹ کیئر ہونے کے امکانات بہت زیادہ بڑھ جاتے ہیں۔“

کیئر میں اضافے کی

دوسری اہم وجہ

شاید یہ کیئر کا خوف ہی ہے کہ اکثر لوگ اس

اور تمباکو کا ذائقہ بھی اس کی کڑواہٹ کو چھپالیتا ہے اور چونکہ لوگ اسے کھانے اور اس کے نشے کے عادی ہو چکے ہوتے ہیں لہذا وہ آسانی سے اسے چھوڑ نہیں پاتے۔ ناقص چھالیہ، غیر معیاری رنگوں اور دیگر معطر صحت اشیاء سے بنائے جانے والے کھلکے اور مین پوری کے شائقین بہت بڑی تعداد میں موجود ہیں جو یہ جاننے کے باوجود کہ گنگا اور مین پوری کیئر جیسی مہلک بیماری کا سبب بن سکتا ہے، اپنی لت سے دستبردار ہونے کو تیار نہیں ہوتے۔

پیشہ کی مکمل عیادت کو نظر انداز کر دیتے ہیں، ایک مطالعہ میں یہ بات سامنے آئی ہے۔

کل 1700، 1800 پر یہ مطالعہ کیا گیا، جس میں تقریباً آدھے (53 فیصد) لوگوں نے کہا کہ تین ماہ پہلے انہیں کینسر کے نام سے ہم ایک سنگین عیادت کا احساس ہوا، لیکن ان میں سے صرف دو فیصد لوگوں کو ہی لگا کہ یہ کینسر کا مکمل عیادت ہے۔ کینسر کی عیادت کو لوگ بڑھتی عمر، انفیکشن، آرٹھرائٹس Arthritis اور cysts کا مسئلہ سمجھ کر نظر انداز کر دیتے ہیں۔

یونیورسٹی کانٹنٹ لندن میں سینٹر ریفریج کرنے والے کترینہ وانکاکٹر Katrina whitaker کا کہنا ہے کہ کینسر کی علامات سامنے آنے کا مطلب یہ نہیں کہ وہ بیماری کینسر ہی ہے۔ یہ کینسر یا دوسری بیماریوں کی علامات ہو سکتا ہے۔ لیکن شروع میں ہی اس پر توجہ دینا صحت کے لئے فائدہ مند ہوتا ہے۔ کینسر سے نجات کے لئے بہت سے طریقے اور ادویات مارکیٹ میں دستیاب ہیں۔ اس ضمن میں سب سے پہلے جرمین کے ڈاکٹر اونیورسٹی نے اس کا کمالی عمل علاج کو حوصلہ نہ کرنا ٹیبل پر اکر لیا تھا۔ آج تو یہ طاق ہے کہ کینسر کے اسپتال، تشخیص اور علاج کی سہولیات موجود ہیں لیکن بے شمار مریض ایسے ہیں کہ علاج کے لیے آگاہی نہیں چاہتے۔

کینسر کی تشخیص

پاکستان میں کینسر سمیت بہت سے مرض کی تشخیص ممکن ہے۔ پاکستان دماغی اور مختلف اقسام کے کینسر میں تیسرے نمبر پر آتا ہے۔ کینسر کی نمونہ وجوہات کے بارے میں اب تک معلوم نہیں ہو سکا

ہے، تاہم ماحولیاتی آلودگی، جن میں سگریٹ نوشی، گڑبگ، کارخانوں، فیکٹریوں، گاڑیوں کے دھوئیں کے علاوہ مابہل کالچوں کو لہا دودھ نہ پلانا کینسر کی وجوہات میں شامل کیا جاتا ہے۔

ماہر امراض دماغ، نیورو سرجن اور جراثیمات اسپتال نیورو سرجری یونٹ کے سربراہ پروفسر ستار ہاشم کا کہنا ہے کہ کینسر کی تشخیص اور علاج جتنا جلد ہو جائے، مریض کے صحت مند ہونے کے امکانات اتنے ہی زیادہ رہتے ہیں جتنے انہوں نے کہا کہ پاکستان میں کینسر کی تشخیص اور علاج کی تمام سہولتیں میسر ہیں۔

پاکستان میں پہلی بار انسانی جسم میں موجود کینسر سمیت کسی بھی مرض کی تشخیص کے لئے نیورو پاتھالوجی میڈیکل انسٹی ٹیوٹ میں PCT CT اسکن مشین نصب کی گئی ہے۔ پاکستان میں کینسر کی تشخیص کی یہ جدید ترین مشین صرف لاہور اور کراچی میں ہے۔ اس جدید ترین مشین کے ذریعے کسی بھی قسم کے کینسر کے علاوہ دلی کے امراض اور دیگر بیماریوں کی درست و بروقت تشخیص کی جاسکتی ہے۔

اس مشین کی خاصیت صرف یہ نہیں کہ یہ جسم میں موجود کینسر کا پتہ چلاتی ہے بلکہ یہ مشین اس جگہ کو بھی دریافت کرتی ہے جہاں سے کینسر کی ابتدا ہوئی اور کینسر جسم کے کسی کس حصہ میں فعال یا غیر فعال ہے۔ یہ مشین بتاتی ہے کہ کینسر کو علاج کے لئے کس وقت چھیننا ہے یعنی جسم میں موجود کینسر کے خلیے کتنے عرصے تک غیر فعال رہیں گے اور کب فعال ہوں گے۔

یہ مشین کینسر کے علاج کی گہرائی اور ریڈی ایشن کے بعد یہ بھی بتاتی ہے کہ ٹرینٹ کس حد تک کارآمد ہوا ہے۔ مشین کے ذریعے پاکستان میں کینسر

نیشنل کینسر انسٹی ٹیوٹ



دماغ اور دماغ نیورو سرجن اور جناح اسپتال نیورو سرجری یونٹ کے سربراہ پروفیسر عبدالستار محمد ہاشم کا علاج کرنے والی گامانا نف مشین کے ہمراہ

کے مریضوں کو علاج کی معیاری اور سستی سہولت میسر ہوئی ہے۔ پاکستان میں اس مشین کے ذریعے کینسر کا علاج اتنا آسان ہو گیا ہے کہ امریکہ، یورپ، دہلی اور بمبایہ ملکوں سے کینسر کے مریض علاج کے لئے یہاں آنے لگے ہیں۔

گامانا نف مشین
ٹیومر کے مریضوں کے لیے

نئی زندگی
ملک کی طبی تاریخ میں پہلی بار

پاکستان میں اس نیکنالوجی کو 2008ء میں جناح اسپتال نیورو سرجری کے سربراہ پروفیسر ڈاکٹر عبدالستار محمد ہاشم نے متعارف کروایا۔

اینڈواسکوپک نوزل

کینسر کا بغیر سرجری علاج

جناح اسپتال کراچی کے نیورو سرجری شعبے میں دماغ کی سرجری کیلئے نئی تکنیک متعارف کرا دی گئی ہے۔ نئی تکنیک سے متاثرہ مریض کے دماغ کی جراحی کی جاسکے گی۔ اس جراحی کے دوران مریض کا سر (اسکل، کھوپڑی) کو کالے بغیر اینڈواسکوپک نوزل سے جراحی کی جاسکے گی۔ اینڈواسکوپک نوزل جراحی تکنیک میں متاثرہ مریض کے سر کا (اسکل کھوپڑی) کھولے بغیر ناک کے ذریعے دماغ تک پہنچا جاسکتا ہے۔ اس تکنیک میں مریض کے چہرے یا سر کو کاٹا نہیں جاتا، اس تکنیک سے ناک کے ذریعے کھوپڑی اور سر کی جملہ بیماریوں کا علاج کیا جاسکے گا۔



دماغی ٹیومر کا علاج شعبوں کے ذریعے صرف 30 فیصد منت میں ہو سکتا ہے۔ کراچی میں نیورو اسپتال میڈیکل انسٹیٹیوٹ میں پارٹیکل گامانا نف مشین کے لئے پاکستان بھی ان ترقی یافتہ ملکوں میں شامل ہو گیا ہے جہاں برین ٹیومر کا علاج شعاعوں کے ذریعے بغیر آپریشن کے صرف 30 فیصد منت میں ہو سکتا ہے۔ اور ملک میں موجود نیورو سرجن، نیورو فزیشن، ریڈیو انکولوجسٹ بہت کم خرچ میں برین ٹیومر، برین ہیمرج، مرگی، دہش، اور دماغی مریضوں کا علاج بہت ہی مناسب خرچ میں ہو سکے گا۔ اور مریضوں کو باہر لے ملک جا کر بہت مجھے علاج کرنے سے چھٹکارا مل جائے گا۔

اس تکنیک کو سب سے پہلے 1967ء میں سوئڈن میں متعارف کرایا گیا تھا اور اس وقت دنیا بھر میں چار ہزار گامانا نف یونٹس مختلف ممالک میں لاکھوں مریضوں کا کامیاب علاج کر رہے ہیں جن میں پاکستان بھی شامل ہے۔

مارچ 2015ء

عظیمی

کے اعتماد کے ساتھ

عظیمی لیبارٹریز کا

عرق گلاب



کراچی میں اپنے قریبی اسٹور سے طلب فرمائیں

یا ہوم ڈیلیوری کے لیے رابطہ کریں:

021-36604127

www.paksociety.com

126

Copied From Web



گھر میں پیش
آنے والے زیادہ تر
حادثات خطرناک
نہیں ہوتے تاہم
لاپرواہی برتنے کی
صورت میں یہ
حادثے شدید بھی
ثابت ہو سکتے ہیں۔

ان حادثات سے بچنے سب سے زیادہ متاثر
ہو سکتے ہیں۔

درستی کا بھی ضرور خیال رکھیں۔ بجلی کے تمام تار اور
پلگ پانی سے دور رکھیں، گیلے ہاتھوں سے بجلی کی اشیاء
کو ہرگز ہاتھ نہ لگائیں، وائرنگ کا نظام معیاری ہو تو
گھریلو حادثات کا خطرہ ختم ہو سکتا ہے۔

ایک سروے کے مطابق گھریلو حادثات کی بڑی
وجہ بجلی سے آگ لگنا ہے۔ کرنٹ لگنے سے بھی شدید
زخمی ہونے حتیٰ کہ موت کا خطرہ
رہتا ہے۔۔



سارہ اسد

گھر میں تمام اقسام کی برقی تاروں کی کارکردگی
پر بھی نظر رکھنا ضروری ہے تاکہ بے دھیانی میں کسی
کوئی غلطی کسی جان لیوا حادثے کا سبب
نہ بن جائے۔

کیمیائی محلول کے استعمال میں احتیاط

کیمیائی اشیاء اور ادویات کے استعمال کے بارے
میں ہدایات ذہن نشین کرنا بہت ضروری ہے۔ اکثر
گھروں میں غیر ضروری ادویات بھی طویل مدت تک
رکھی رہتی ہیں، دواؤں پر ان کے کارآمد ہونے کی
تاریخ درج ہوتی ہے۔ کوشش یہی ہونی چاہیے کہ

اگرچہ معمولی نوعیت کے گھریلو حادثات انسانی
زندگی کا حصہ سمجھے جاتے ہیں لیکن اگر ان حادثات
کے اسباب کا سنجیدگی سے جائزہ نہ لیا جائے تو یہ
مستقبل میں کہیں زیادہ خطرناک بھی ثابت
ہو سکتے ہیں۔ لاپرواہی اور جلد بازی جیسے عوامل حادثے

کو جنم دیتے ہیں، اگر حاضر دماغی
سے کام لیتے ہوئے چھوٹی بڑی

غفلتوں پر قابو پالیا جائے تو خطرناک حادثات سے
محفوظ رہا جاسکتا ہے۔

آئیے چند وجوہات کا جائزہ لیتے ہیں جو گھریلو
حادثات کا سبب بن سکتی ہیں اور یہ بھی دیکھتے ہیں کہ
ان کی روک تھام کے لیے کیا تدابیر کارگر ثابت
ہو سکتی ہیں۔

برقی اشیاء کی درستگی

برقی اشیاء کا درست استعمال نہایت ضروری ہے،
بصورت دیگر یہ اشیاء کسی بڑے حادثے کا سبب ضرور
بن سکتی ہیں۔ برقی تاریں معمولی خرابی ظاہر ہونے پر
فوری تبدیل کروا دینی چاہئیں، جب، پتھروں کی

بڑے حادثے کا سبب بن سکتی ہے۔ مکن سے نکلنے
وقت تیس کے، انا خاص طور پر چیک کریں۔ چولہا
جلانے سے قبل ہی مکمل اطمینان کر لیتا ضروری ہے
کہ کہیں تیس تو نہیں پھیلی ہوئی۔ کھانے پینے کی اشیاء
اور ایسی نوعیت کی غیر متعلقہ اشیاء بھی مکن میں رکھنے
سے پرہیز کریں۔ شیشے کے برتن دھوتے وقت
خصوصی احتیاط سے کام لیں، اگر شیشے کی کوئی چیز
نوٹ جائے تو صفائی کو نالے کی بجائے تمام کرسیاں
سمیٹیں تاکہ کسی نقصان کا احتمال نہ رہے، مکن میں
روشنی کا انتظام بہتر ہونا چاہیے اور کھانا پکاتے وقت جلد
بازنی سے کام نہ لیں۔

گھر کی صفائی سے قبل اہم اقدامات

گھر کی صفائی کے لیے، بپ ٹیوب لائن بدلتے
وقت اور اونچائی پر چیزیں رکھنے کے لیے خاص طور پر
احتیاط کرنا ضروری ہے جسے نمونا نظر انداز کر دیا جاتا
ہے۔ ایسی میز مٹی، اسٹول یا کرسی استعمال میں لائیں
جو مضبوط ہو اور وزن سہار سکے، چھت، دیواروں کی
صفائی کے لیے نمونا ایسا فرنیچر کام میں لایا جاتا ہے جو
بوسیدہ ہو چکا ہو اور یہ غیر محفوظ سہارے
بعض اوقات معذرتی کا سبب بھی بن جاتے ہیں۔
صفائی کی شروعات سے پہلے کمرے میں شیشے کی اشیاء
نوکیلی چیزیں بھی کہیں اور رکھ دیں۔ گرنے کی
صورت میں اکثر یہی اشیاء شدید چوٹ کا سبب بن جاتی
ہیں۔ حفاظت کے تمام پہلوؤں پر غور کرنے کے بعد
صفائی کی ابتداء کریں بظاہر معمولی دکھائی دینے والی یہ
احتیاطی تدابیر ہمیں کسی بھی ممکنہ حادثے سے محفوظ
رکھ سکتی ہیں۔

غیر ضروری ادویات گھر میں جمع نہ ہونے دیں، ہر قسم
کی گولیاں، سیال محلول کے لیے ایک مخصوص خفیہ
جگہ منتخب کریں، جنہیں استعمال سے قبل یقین کر لیں
کہ یہ قابل استعمال ہیں۔ اکثر دوائیں گھر میں کسی بھی
جگہ رکھ دی جاتی ہیں، جہاں مو کی اثرات سے دو قبل
از وقت آلود بھی ہو سکتی ہیں۔ صفائی کے لیے استعمال
کیے جانے والے ڈیٹر جنٹ کے لیے بھی خاص جگہ
منتخب کریں، انہیں کھانا چھوڑیں۔

غیر ضروری اشیاء کا انبساط حادثے کا سبب

گھر میں عموماً بچے اور بڑے بھی اپنی اشیاء ادھر
ادھر پھیلا دیتے ہیں۔ بکھرے ہوئے گھر میں حادثات
کے امکانات بھی بڑھ جاتے ہیں۔ خالی بوتلیں، برتن
وغیرہ کے لیے الگ جگہیں مخصوص کریں۔ بعض
گھروں میں میز میوں پر کاغذ کباز پھیلا نظر آتا ہے
جن سے ٹھوکر کھا کر سخت چوٹ بھی لگ سکتی ہے۔
گھر میں جس حد تک صفائی ہوگی، حادثے کے
امکانات بھی اتنے ہی کم ہوں گے۔

فرش، ٹائل دھوتے وقت بھی یہی و شش ہونی
چاہیے کہ فرش جلد خشک ہو جائے۔ گیلے فرش پر
پہننے سے معرا افراد اور بچے شدید زخمی ہو سکتے ہیں۔
ایسے واقعات بھی رونما ہوتے ہیں کہ محض گیلے فرش
سے ہڈی نوٹ گئی۔ تیل جیسے چکنے سیال مادے گرنے
کی صورت میں بھی فرش پر وقت صاف کر لیں۔

تیز دھار آلات سے حفاظت

مکن گھر کا وہ حصہ کہا جاسکتا ہے، جہاں سب سے
زیادہ حادثات رونما ہوتے ہیں، مائوس، چاقو، تیز دھار
کے آلات کے استعمال میں معمولی لاپرواہی بھی

بچوں کی حفاظت

کے لیے اہم اصول

عموماً مضمونی دکھائی دینے والے اسباب بڑے
حادثے کا سبب بن جاتے ہیں۔ گھر کے برصے و
خصوصاً بچوں کی حفاظت کے لیے محفوظ بنانا بہت
ضروری ہے، روزمرہ امور کی انجام دہی میں بھی
غفلت برتنے سے حادثات پیش آسکتے ہیں مثلاً۔

☞.... گرم بھری ہوئی پانی کی بالٹی کے پاس بچوں و
تمہانہ چھوٹے، اسی طرح بھرے پانی کے ٹب، چلی
ہوئی واشنگ مشین اور کپڑے دھونے کی مشین بھی
بچوں کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتی ہیں۔

☞.... گھر میں چھوٹے بچوں کی موجودگی کی صورت
میں آرائشی شید کا استعمال دیکھ بھل کر کریں، انہیں
اونچائی پر سجاوٹ۔ کھیل کود کے دوران بچے یہ شید
خود پر گرا کر زخمی بھی ہو سکتے ہیں۔

☞.... گرم استری، ہیئر، ایلون جیسی شید کے
استعمال میں احتیاط سے کام لیں۔

☞.... سیزموں، چھت اور بالکونی پر حفاظتی
اقدامات کرنا نہ بھولیں، چھت پر مضبوط ریگ ہونی
چاہیے۔ سیزمیں آرام دہ ہوں اور بالکونی بھی اس
انداز سے ترتیب دیں کہ چھوٹے بچے کھیل کود میں
گرنے سے محفوظ رہیں۔

☞.... ہر قسم کی جراثیم کش شید بچوں کی پہنچ سے
دور رکھیں۔

احتیاط، نگہداری اور عملی حفاظتی اقدامات کے
ذریعے حادثات سے محفوظ رہا جاسکتا ہے جو بعض
اوقات جان لیوا بھی ثابت ہو سکتے ہیں۔



نو آموز لکھنے والے مترجم ہوں

اگر آپ و مضمون نگاری یا بانی نویسی کا شوق ہے



اور اب تک آپ
کو اپنی صلاحیتوں
کے اظہار کا موقع
نہیں مل سکا ہے تو
روحانی ڈائجسٹ
کے لیے قلم
اٹھائیے.... یہ
خیال رہے کہ
موضوع اور

تحریر حق حسن ایسا ہو جس میں قارئین دلچسپی محسوس
کریں۔ آپ صبح زلہ تحریروں کے علاوہ تراجم بھی
درمیان کر سکتے ہیں۔ ترجمہ کی صورت میں اصل مواد
کی فوٹو اسٹیت کاپی منسلک کرتا ضروری ہے۔ مضمون
کاغذ کے ایک طرف اور سطر چھوڑ کر خوشخط لکھا
جائے۔ مضمون کی نقل اپنے پاس محفوظ رکھیں تاکہ
اشاعت یا عدم اشاعت دونوں صورتوں میں مواد
واپس نہیں کیا جاتا۔

قلم اٹھائیے اور اپنے تعمیری خیالات و تحریر کی
زبان ویجئے۔

تحریر کی اصلاح اور نوک پنک ستورہ اور دیگر
ذمہ داری ہے۔

شعبہ مضامین

روحانی ڈائجسٹ،

1/7-D-11 قلم آباد۔ کراچی

جرئی بوٹیوں
سے دور کریں

ڈپریشن

ہم خوش ہوتے ہیں تو ہمیں
ساری دنیا خوش نظر آتی ہے۔
لیکن جب دل اداس ہوتا ہے تو زندہ
اداس نظر آتا ہے۔ بقول شاعر

دل تو میرا اداس ہے ناصر
شہر کیوں ساکھیں سائیں کرتا ہے
ہماری خوشی اور اداسی کبھی کبھی
معمولی سی بات کا نتیجہ ہوتی ہے۔ کبھی
ہم خود نہیں جانتے کہ اس کا سبب کیا
ہے اور کبھی ہماری کامیابی یا ناکامی کسی
مسرت انگیز یا تنہا واقعہ کا رو
عکس ہوتی ہے۔

لیکن ماہرین تحقیق ہیں کہ

ڈپریشن کسی مخصوص طبقے یا غربت اور افلاس

میں مبتلا افراد کی بیماری نہیں ہے۔ اس مرض میں کوئی

بھی شمس مبتلا ہو سکتا ہے۔ خواہ وہ

دولت مند ہو، فیکار، تاجر،

سیاستدان یا عام فرد ہو، کوئی بھی مختلف عوامل کی زد

میں آکر ڈپریشن زد ہو سکتا
ہے۔ ڈپریشن میں اکثر افراد کے ارد
گرد کے لوگوں کو اس کی خبر بھی نہیں
ہوتی۔ ڈپریشن میں مبتلا کچھ افراد اپنی
کیفیات سے پیچھا چھڑانے کے لیے
نشہ آور اشیاء کے استعمال پر مائل
ہو جاتے ہیں۔ ڈپریشن میں مبتلا اکثر
افراد مایوسی، خوف، ناامیدی اور
افسردگی کی وجہ سے گوشہ نشین
ہو جاتے ہیں۔

کوئی موروٹی یا ذہنی مرض نہیں۔ کچھ وراثتی
خامیوں کی موجودگی میں حالات کا دباؤ اس کا
سبب ضرور بن سکتا ہے۔ تاہم ڈپریشن ایک
رو عمل اور ایک کیفیت ہے۔

ڈپریشن کے منفی اثرات خود ہم پر
بلکہ پورے خاندان پر مرتب ہوتے
ہیں۔ اس کی وجہ سے گھریلو،

ازدواجی، سماجی اور کاروباری

زندگی سخت متاثر ہو سکتی ہے۔

ڈپریشن نے ہزار ہا گھرانوں کے ساتھ

چھین کویر پا دیا ہے۔ ہزاروں افراد کی ہستی

حقیقی زندگی کو کھن کی طرح چات لیا ہے۔ اس نے ان

کشت لوگوں کی زندگی میں زہر

گھول دیا ہے۔ لیکن آ رہے ہیں تو

زندگی کو اس نذاب سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔ اس

محمد زین حنیف



رک جاتی ہے۔

ایشیائی جن سنگ (Asian Ginseng)

یہ بوٹی جسم کو سکون پہنچاتی ہے۔ ذہنی دباؤ دور کرنے میں مدد دیتی ہے۔ جب آپ زیادہ کام کر کے تھکان میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو جن سنگ آپ کی تھکان دور کر دیتی ہے۔ خواتین کے لیے مفید ہے اور سن یاس کے دور میں انہیں جن معائب کا سامنا ہوتا ہے، جن سنگ ان کا سدباب کرتی ہے۔

بابونہ (Chamomile)

یہ بوٹی بے خوابی دور کرتی اور گہری نیند لاتی ہے۔ نگر وندے کی پتیاں (Dandelion Leaves) یہ پتیاں وٹامن سے مالا مال ہوتی ہیں۔ ان میں فولاد بھی ہوتا ہے۔ یہ ان خواتین کے لیے بے حد مفید ہیں جن کو دودھ کم آتا ہے۔ سونف اور میتھی میں بھی یہ خصوصیات پائی جاتی ہیں۔

سدا بہار پودینہ (Lemon Balm)

پودینے کو خوش و خرم رکھنے والی جڑی بوٹی بھی کہا جاتا ہے۔ یہ اعصاب کو سکون بخشتی ہے اور پڑھ و لکھ کے دور کر کے آپ کو ہشاش بشاش رکھتی ہے۔

وانی ٹیکس (Vitex)

سن یاس میں اس بوٹی کا استعمال مفید ہے۔ اجمود کھانیہ تندرستی پائیے اجمود (Celery) شلجم کے پودے کی طرح کا پودا ہے، جو ترکاری کے طور پر استعمال ہوتا ہے، اس کے ہرے رنگ کے آپس میں جڑے ہوئے ذائقہ کے پکے یا پکا کر کھائے جاتے ہیں اور کبھی کبھی یہ مسالے کے طور پر بھی استعمال ہوتا ہے۔ اجمود وٹامن سی

شکریہ

کے لیے ضروری ہے کہ ڈپریشن کی کیفیات کو چھپایا نہ جائے۔ جب آپ کا دل اداس ہو، اندیشے خوفزدہ کرنے لگیں یا معمول کی سرگرمیاں بوجھ محسوس ہوں تو کسی دوست یا عزیز سے شیئر کر لیتا مناسب ہے۔ باتیں کرنا، مشورے لے لیتا اور کسی صحت مند سرگرمی میں محو ہو جاتا ہی اس کا محفوظ ترین علاج ہے۔

ڈپریشن کب ہوتا ہے؟

جب دماغ کے ایسے حصے جو جذبات و احساسات کو کنٹرول کرنے میں معمول سے کم فعال ہو جائیں، یا ان میں کیمیائی مادوں کا عدم توازن کا ہو جانا بھی مسئلے کی اصل جڑ ہے۔

ڈپریشن کا سبب ماضی کے تلخ اور ناگوار واقعات ہیں۔ جس کے باعث کیمیائی رد عمل باقاعدگی اور توازن کو تبدیل کر دیتا ہے۔ لہذا ڈپریشن جنم لیتا ہے جو اپنے ساتھ بہت سی خرابیاں لاتا ہے اس میں سب سے اہم طرز زندگی اور معمولات کی تبدیلیاں ہیں۔

ڈپریشن سے نجات کے لیے کئی جڑی بوٹیوں کا استعمال بھی بہت مفید ثابت ہوتا ہے۔ عموماً ڈپریشن کا علاج دواؤں اور کئی طریقوں سے کیا جاتا ہے مگر باہرین صحت کا کہنا ہے کہ ڈپریشن کے علاج میں جڑی بوٹیاں مفید ہوتی ہیں۔ یہ بوٹیاں توانائی بخش بھی ہوتی ہیں جو جسمانی کمزوری دور کرتی ہیں۔ انہیں استعمال کرنا پیچیدہ اور وقت طلب بھی نہیں ہے۔

ادراک

اور کب سوزش اور ورم دور کرنے والی بوٹی، اسے درد میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اسے اہل کرپنے سے غشی دور ہو جاتی ہے اور متگی یا قے بھی

کے حصول کا بہت اچھا ذریعہ ہے جو جسم کے مدافعتی نظام کے لیے اہم ہوتی ہے۔

اجود میں ایسے فعال مرکبات ہوتے ہیں جو ڈپریشن پیدا کرنے والے ہارمونز میں کمی کرتے ہیں۔
اجود کیلشیم، پوٹاشیم اور میگنیزیم کے حصول کا اچھا ذریعہ ہے اور بلڈ پریشر میں کمی کرتا ہے۔
اجود میں ایسے مرکبات بھی پائے جاتے ہیں جو فری ریڈیکلز کو خلیوں کو نقصان پہنچانے سے باز رکھتے ہیں اور اس طرح خلیوں کے سرطان پیدا کرنے کا خطرہ کم ہو جاتا ہے۔ مذکورہ بالا مرکبات خون کے بعض سفید خلیوں کی فعالیت میں اضافہ بھی کرتے ہیں۔ یہ سفید خلیے جسم کے مدافعتی عمل کے محافظ ہوتے ہیں۔

پانچ مفید اور

صحت بخش غذائیں

کدو کے بیج: کدو سے نکلنے والے بیج خشک کر لیں۔ ان بیجوں میں غیر سیر شدہ چکنائی کثیر مقدار میں ہوتی ہے، جو خون میں موجود کو لیسٹرول کو کم کرنے میں مدد دیتی ہے۔ ان بیجوں میں جست، کیلشیم، وٹامن بی، ریشہ اور مانع کھسید اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ سلاڈ کھاتے وقت ان بیجوں کو سلاڈ پر ڈال دیجیے یا فراکی چین میں بھون کر سوپ میں چھڑک لیں۔

گل: تلوں میں لحمیات، ریشہ، کیلشیم، میگنیزیم، وٹامن، پوٹاشیم اور جست ہوتا ہے اور مانع کھسید اجزاء بھی ہوتے ہیں۔ تلوں کو پیس کر اس کا پیسٹ بنالیں اور توں پر لگا کر شہد ملا کر کھائیں۔

آلو بخارا: آلو بخارے میں ریشہ بہت ہوتا ہے۔ جست فولاد، پوٹاشیم اور مانع کھسید اجزاء بھی اچھی

خاصی مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس میں دوسرے خشک میوؤں کی نسبت حرارے بہت کم ہوتے ہیں۔ صبح جب آپ دلیا کھائیں تو اس پر آلو بخارے کی چٹنی شہد اور دار چینی چھڑک لیں۔ نہایت صحت بخش ہے۔

جودہ: جو ایشا ریشہ ہے جو آسانی سے جذب ہو جاتا ہے۔ یہ کو لیسٹرول کم کرنے میں مدد دیتا ہے۔ اسے سوپ کے ساتھ کھایا جاسکتا ہے۔ ناشتے میں جو کو پھلوں اور میوؤں کے ساتھ ملا کر کھایا جاتا ہے۔ یہ ایک طاقت بخش ناشتہ ہے۔

ہلدی: ہلدی کو عیس کر کھانوں میں ڈالا جاتا ہے۔ اس میں مانع کھسید اجزاء ہوتے ہیں۔ یہ فوائد میں اسٹراپیوری، رس بیوری اور دوسری بیوریز کے برابر ہے۔ اسے چاولوں میں ملا کر کھایا جاسکتا ہے۔ ایک پیالہ چاولوں میں چائے کا آدھا چمچ ہلدی ڈالی جاسکتی ہے۔ شورباتیاں کرتے وقت بھی ہلدی کو اس میں ڈالا جاسکتا ہے۔



رسول اللہ ﷺ نے فرمایا:

”کوئی بھی مسلمان جو ایک درخت کا پودا لگائے یا کھیت میں بیج بوائے، پھر اس میں سے پرند یا انسان یا جانور جو بھی کھاتے ہیں وہ اس کی طرف سے صدقہ ہے۔“ (بخاری: مسلم)

مچھلی کا استعمال اور لمبی عمر

رہتی ہے۔ جاپانیوں کی غذا کا ایک بڑا حصہ سمندر سے آتا ہے، یعنی سی فوڈ۔ جس میں مچھلی کا نمبر سب سے پہلے آتا ہے۔ آئیے....!

عمر بڑھانے میں اومیگا تھری فیٹی ایسڈ کی اہمیت
چکنائی دلی اومیگا تھری فیٹی ایسڈ سے بھرپور مچھلی کے استعمال سے عمر طویل ہو سکتی ہے اور امراض قلب کی وجہ سے اموات کے خدشات ایک تہائی سے بھی زیادہ کم ہو سکتے ہیں۔

سائنسدانوں نے دریافت کیا ہے کہ جن لوگوں کے خون میں بڑی مقدار میں فیٹی ایسڈ موجود ہوتا ہے، ان کی عمر دیگر عام لوگوں کے مقابلے میں تقریباً چھائی سال زیادہ ہوتی ہے۔ اگرچہ مچھلی کو ہمیشہ ہی صحت مند غذا تصور کیا جاتا رہا ہے، لیکن خون میں اومیگا تھری کی سطح اور ضعیف العمری میں اموات کے تجربے سے بھی یہ بات ثابت ہوئی ہے۔

ڈپریشن سے نجات اور
یکسوئی کے حصول کے لیے
مچھلی کا استعمال
تحقیق سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ اومیگا

جاپانی دنیا میں وہ قوم ہے، جن میں سو سال یا اس سے زیادہ عمر ہونا عام کی بات سمجھی جاتی ہے۔ آخر اس کی وجہ کیا ہے....؟

ان کے جینز میں لمبی عمر کا راز پنپا ہوا ہے یا کچھ اور معاملہ ہے....؟
جب تحقیق ہوئی تو معلوم ہوا کہ جاپانیوں کی لمبی عمروں کا تعلق ہے براہ راست اس خوراک سے جو وہ استعمال کرتے ہیں۔

جاپان میں لوگوں کی طویل عمر کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ وہ اپنی خوراک کے بارے میں بہت حساس ہوتے ہیں۔ دنیا کی دیگر قوموں کے

مقابلے میں زیادہ بہتر طور پر جانتے ہیں کہ کون سی غذا کب اور کتنی اہم ہے....؟

جاپانیوں میں اکثریت ہفتے میں ایک مرتبہ مچھلی کا استعمال کرتی ہے۔ دلیس بھی ان کی خوراک کا لازمی حصہ ہوتی ہیں۔ اسی طرح سویا اور سبزیاں جاپانی شوق سے کھاتے ہیں۔ جاپان میں گویا (Goya) نامی سبزی بہت زیادہ کھائی جاتی ہے، حالانکہ اس کا ذائقہ نسبتاً تلخ ہوتا ہے، تحقیق سے یہ ثابت ہوا ہے کہ اس کے استعمال سے خون میں شوگر کی مقدار کنٹرول میں



مچھلی کا استعمال

تھری سے ذہنی یکسوئی حاصل ہوتی ہے اور کسی چیز کو یاد کرنے اور الفاظ کے ذخیرے میں اضافہ کرنے میں مدد ملتی ہے۔ جن ملکوں میں زیادہ مچھلی کھائی جاتی ہے، وہاں ذہن کی شرح میں بھی کمی پائی گئی ہے۔ مچھلیوں کی مختلف اقسام کو بدل بدل کر استعمال کرنا چاہیے تاکہ ان سے حاصل ہونے والے اجزاء کا بھرپور فائدہ اٹھایا جاسکے۔

دوران حمل مچھلی کے فوائد
ایسی خواتین جو دوران حمل مچھلی کھائیں یا فش آئل استعمال کریں، ان کے بچوں کی دماغی نشوونما بہتر ہوتی ہے اور بہت سے مسائل اور امراض سے نمٹنے کی صلاحیت پیدا ہوتی ہے۔

مچھلی اور ذیابیطس کے مریض
ذیابیطس کے مریضوں میں خون کی چھوٹی اور بڑی نالیوں میں خرابی سے کئی پیچیدگیاں پیدا ہوتی ہیں، جن میں آنکھوں اور گردوں کی بیماری کے ساتھ ساتھ دل کے دورے اور فالج وغیرہ جیسی بیماریاں بھی شامل ہیں۔ ذیابیطس کے مریضوں میں اچھے کوئیٹرول یا ایچ ڈی ایل کا لیول کم ہو جاتا ہے اور نرائی گلیسرائیڈ کی مقدار بڑھ جاتی ہے۔ ذیابیطس کی دوسری قسم کے مریضوں میں ہائی بلڈ پریشر اور جوڑوں کی بیماری بھی عام ہے۔ اسی لیے اس بیماری میں تین سے چار گرام فش آئل روزانہ استعمال کرنے سے خون میں نرائی گلیسرائیڈ کی مقدار تقریباً پچاس فیصد تک کم ہو جاتی ہے۔ فش آئل کے استعمال سے دل کی بیماری سے محفوظ رہنے کے علاوہ بلڈ پریشر کم کرنے میں بھی مدد ملتی ہے۔ بچے میں کم از کم دو سے تین مرتبہ مچھلی کھانی چاہیے۔ ایک ریسرچ کے

مطابق فش آئل کے استعمال سے ذیابیطس کے مریضوں میں سوزش والے کیمیکل کم ہو جاتے ہیں اور اچھے کوئیٹرول میں اضافہ ہوتا ہے۔

مچھلی کا استعمال

اور دل کا دورہ

بچے میں دو تین مرتبہ مچھلی کھانے والے افراد میں دل کے دورے کا امکان ان لوگوں کے مقابلے میں کم ہوتا ہے، جو بچے صرف ایک مرتبہ یا بالکل ہی مچھلی نہیں کھاتے۔ یہ نتیجہ طویل تجزیاتی مطالعات کے نتیجے میں سامنے آیا۔ ان طبی مطالعات میں سے ہر ایک میں عام لوگوں سے یہ پوچھا گیا تھا کہ وہ ہر ہفتے یا ہر مہینے میں بالعموم کتنی مرتبہ مچھلی کھاتے ہیں۔

اس تجزیاتی جائزے کے لیے جن تحقیقی منصوبوں کے نتائج کو پرکھا گیا اور ان کا موازنہ کیا گیا، دو امریکہ کے علاوہ مختلف یورپی ملکوں، جاپان اور چین میں کھانے کیے گئے تھے۔ ان میڈیکل ریسرچ منصوبوں کے تحت ماہرین نے تیس برس کی عمر سے لے کر ایک سو تین برس بعد تک کی عمر کے چار لاکھ سے زائد انسانوں کا مسلسل مشاہدہ کیا تھا اور نتائج کے مطابق ایسے افراد میں، جو قدرے زیادہ مچھلی کھاتے تھے مچھلی نہ کھانے والوں یا بہت کم مچھلی کھانے والوں کے مقابلے میں دل کے دورے کا امکان بار فیصد کم تھا۔

کیونکہ مچھلی کسی بھی انسان کی خوراک میں غذائیت سے بھرپور عناصر یعنی اومیگا تھری پیدا کرنے کی وجہ بنتی ہے، اس وجہ سے کہ زیادہ مچھلی کھانے والوں میں دل کے دورے کا امکان کم ہو جاتا ہے۔

کا سبب غذائی بے اعتدالی یا غذا کے نقص ہوتے ہیں۔ دل کے امراض کی طرح سرطان کا سب سے اہم سبب معسر چکنائیاں ہی ہوتی ہیں۔

امریکہ میں واقع ایک ادارے نیشنل کینسر انسٹی ٹیوٹ کی تحقیق کے مطابق چربی کا زائد استعمال کرنے والے بیشتر افراد سینے، قولون، مثانے کے غدود، رحم، بیضہ والی اور لیلے کے سرطان میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔ اس ادارے کی رپورٹ کے مطابق بے امریکہ میں ہر سال سینے کے امراض میں مبتلا افراد کی اموات میں پچیس فیصد کی توقع ہو سکتی ہے اگر دو روز مرہ کی غذا سے حاصل ہونے والے پچیس سے تیس فیصد حرارے روغنی اجزاء سے حاصل کریں۔ اسی طرح بڑی آنت (قولون) کے سرطان سے بچاؤ غذا میں ریشے کا استعمال بڑھا دینے سے ممکن ہے۔

چنبیل

چنبیل بھی ایک ایسا تکلیف دہ مرض ہے جو بڑی مشکل سے رفع ہوتا ہے لیکن جب دو ماہ تک ایک درجن مریضوں کو چنبیل کا تیل استعمال کرایا گیا تو ان کی تکلیف میں نمایاں کمی واقع ہوئی۔ خاص طور پر دواؤں کے استعمال کے ساتھ چنبیل کا تیل استعمال کرانے کے زیادہ بہتر نتائج برآمد ہوتے ہیں۔

ماہرین کا کہنا ہے کہ چنبیل میں ایسے بہت سے اجزاء موجود ہیں جو صرف چنبیل کے استعمال سے ہی جسم کو مہیا ہوتے ہیں، لیکن اگر کوئی دوسری سمندری غذا استعمال کرنی جائے تو بھی کوئی مضائقہ نہیں۔ البتہ جھینٹے کا استعمال زیادہ نہیں کرنا چاہیے کیونکہ جھینٹوں میں کولیسٹرول کی مقدار زیادہ ہوتی ہے۔



سرطان کا چنبیل

مچھلی کے جگر کے تیل

(Cod Liver Oil) کے فوائد

مچھلی کے جگر کا تیل جو کاڈیور آئل (Cod Liver Oil) کہلاتا ہے، گھٹیا کے لیے مفید ہے۔ اس سے شریانیں بھی صاف اور کھلی رہتی ہیں، جس کے نتیجے میں دل صحت مند رہتا ہے۔ مچھلی کا تیل جوڑوں کے درد کی بھی دوا ہے۔ ایک چائے کا چمچ صبح یا رات کو استعمال کرنے سے جوڑوں کے درد میں فائدہ مند ہوتا ہے، مگر استعمال سے پہلے ڈاکٹر سے مشورہ ضروری ہے۔ مچھلی کا تیل خون کی شریانوں کی دیواروں کو رکاوٹوں سے بچاتا ہے، کیونکہ ان ہی مقامات پر کولیسٹرول جمتا ہے اور دوران خون کی راہ روکنے لگتا ہے۔

طبی تحقیق و مطالعوں سے یہ بات ثابت ہو چکی ہے کہ مچھلی میں موجود مختلف قسم کی چکنائیوں کے استعمال سے جسم کا مدافعتی نظام مستحکم تر رہتا ہے۔ مچھلیوں کی چکنائی کو عرف عام میں اومیکا تھری کہا جاتا ہے۔ اس نوعیت کے لیسی ایسڈز ٹھنڈے سمندروں کی مچھلیوں میں بہ کثرت پائے جاتے ہیں لیکن اس کا یہ مطلب قطعی نہیں ہے کہ ہمارے سمندر کی چکنی مچھلیاں مفید نہیں ہیں۔ ان کا استعمال کرنے والے بھی صحت مند رہتے ہیں۔

کینسر سے بچاؤ

ساری دنیا میں امراض قلب کو سب سے بڑا قاتل قرار دیا جاتا ہے۔ اس کے بعد سب سے زیادہ ہلاکتیں سرطان کی وجہ سے واقع ہو رہی ہیں۔ یہ حقیقت تسلیم شدہ ہے کہ اس مہلک مرض یعنی کینسر سے واقع ہونے والی شخصیات سے چالیس فیصد اموات

غذائی اجزاء معدنیات اور وٹامنز بڑی مقدار میں ہوتے ہیں۔ پیستے میں بی کمپلکس وٹامنز جیسے فولک ایسڈ، پانڈوکسن، ریوفلیون اور تھیامین بھی پائے

قدرت نے انسان کے لیے پھلوں و سبزیوں کی شکل میں منفرد خوش ذائقہ غذائیں عطا کی ہیں۔ ہر پھل و سبزی کا اپنا منفرد ذائقہ ہوتا ہے۔ انہی پھلوں و سبزیوں میں ایک ذائقہ دار پھل پیتا بھی ہے۔

غذائی و طبی خصوصیات کا حامل پھل



جاتے ہیں جو غذائی تحلیل کے عمل کی فعالیت کے لیے ضروری ہیں۔ پیستے کے گودے میں ہی صرف غذائی اجزاء نہیں پائے جاتے ہیں بلکہ اس کے جچ اور چھلکوں میں بھی

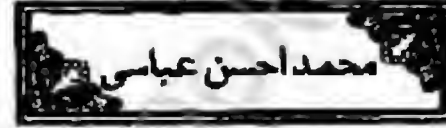
غذائیت کا خزانہ ہوتا ہے۔ اس کے بیجوں اور چھلکوں میں قدرتی

فینول سیٹ فاسٹو کیمیکلز ہوتے ہیں۔ اسی طرح پیستے میں ایک اہم کپاؤنڈ سٹلون (Danielone) بھی ہوتا ہے جو پیستے کو ٹکس سے محفوظ رکھتا ہے۔ پیستے

اپنے اندر بیشمار فوائد سموئے ہوئے ہے۔ اس میں وافر مقدار میں مائع تکیدی اجزاء، وٹامن بی، فولٹ، پینٹو تھینک ایسڈ، معدنیات، پوٹاشیم، لانگوچین، میگنیشیم اور فائبر موجود ہیں۔ اس میں

موجود مائع تکیدی اجزاء میں تین اہم طاقتور مائع تکیدی جز وٹامن سی، ای اور اے پائے جاتے ہیں۔ پیستے میں بہت کم

کیلوریز ہوتی ہیں۔ 100 گرام پیستے میں صرف تیس کیلوریز ہوتی ہیں اور چکنائی بھی نہیں ہوتی جبکہ دیگر



محمد احسن عباسی



Copied From Web

معدے میں غیر حل شدہ پروٹین بڑھ جاتے ہیں، آنتوں میں جراثیم کی افزائش ہوتی ہے اور امینو ایسڈز کی مقدار کم ہو جاتی ہے۔ امینو ایسڈز کی کمی سے جسم میں ہونے والی اہم کیمیائی تبدیلیاں وقوع پذیر ہونا رک جاتی ہیں۔

اس ضمن میں پیستے کا استعمال بے حد مفید ہے۔ پیستے میں موجود خامرے پھل کے پکنے کے عمل کے دوران اسے کیزا وغیرہ لگنے سے بھی محفوظ رکھتے ہیں۔

سرطان کے خلاف موثر ڈھال

کولون، جگر اور تمام جسمانی اعضاء و گینڈز کے سرطان کے خلاف پیستے کا استعمال شفا بخش ہوتا ہے پیستے میں موجود فائبر، کینسر کی وجہ بننے والے زہریلے مادوں کو صحت مند خلیوں میں داخل ہونے سے روکتا ہے۔ پیستے میں شامل دیگر اجزاء فولیت، وٹامن سی، بیٹا کیروٹین اور وٹامن ای ٹی کر کولون کینسر کے خطرے کو معدوم کرتے ہیں۔ پیستے کا جوس کولون کا انفلکشن کم کرنے کے ساتھ جگر میں سرطان کے خلیوں کی افزائش بھی کنٹرول کرتا ہے۔ کینسر کی تھراپی کے بعد بھی پیچھا کھانا نہایت فائدہ مند ہوتا ہے۔ اس کا خامرہ پچائیں، تھراپی کے منفی اثرات زائل کرنے میں مدد دیتا ہے۔ خصوصاً کیمو تھراپی یا تابکاری کے بعد غذا لگنے میں مشکل ہونا اور متعلق میں تکلیف رہنا ڈاکٹر کے مشورے کے مطابق پیچھا کھانے سے یہ مشکلات دور ہو جاتی ہیں۔ اس کے ساتھ پیچھا قوت مدافعت میں اضافہ کر کے جسم کو سرطان کے خلاف مزاحمت کرنے کے لیے نئی رسد بھی فراہم کرتا ہے۔

میں دو اہم خامرے پچائیں اور کیمو پچائیں بھی پائے جاتے ہیں۔ پیستے میں شامل درج بالا تمام اجزاء باہم مل کر جسم کو توانائی فراہم کرنے کے ساتھ پٹھوں کے لٹوز کی شستگی دور کر کے ان کے دوبارہ احیا میں مدد کرتے ہیں اور جسم کی بہترین نشوونما میں مددگار ثابت ہوتے ہیں۔

قدرت نے کئی بیماریوں سے شفا بھی رکھی ہے یہی وجہ ہے کہ زمانہ قدیم سے پیستے کے غذائی و طبی خواص کو مانا جاتا رہا ہے۔ حالیہ کئی سائنسی تحقیقات نے بھی اس کے فوائد پر مہر تصدیق کر دی ہے۔

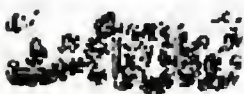
زود بضم پھل

پیچھا زود بضم پھل ہے۔ اس کا گودا نرم ہونے کی بنا پر آسانی بضم ہو جاتا ہے۔ کھانے کے بعد پیچھا کھانے سے غذا اچھی طرح ہضم ہوتی ہے اور معدے میں تیزابیت اور بد ہضمی بھی نہیں ہوتی اور قبض بھی دور ہوتی ہے۔

پروٹین بضم کرنے میں معاون

پیچھا دو اہم خامروں پچائیں اور کیمو پچائیں سے تیار ہوتا ہے۔ پروٹین معدے میں آسانی سے بضم نہیں ہوتے۔ یہ خامرے غذا کو ہضم کرنے میں معاونت فراہم کرنے کے ساتھ معدے میں پروٹین کو بھی اچھی طرح ہضم کرتے ہیں۔

حالیہ تحقیق کے مطابق امینو ایسڈز، جسم میں مختلف کیمیائی عمل کے نتیجے میں ہونے والی تبدیلیوں اور ہماری ذہنی و جسمانی صحت میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ مریض ہونے کے ساتھ انسانی جسم میں باضم خامرے کم بننے لگتے ہیں جس سے پروٹین کے بضم ہونے کی رفتار کم ہو جاتی ہے۔ نتیجہ کے طور پر



نظام قلب کی مضبوطی

پیتے میں شامل غذائی اجزاء مشترک طور پر دل کی تمام شریانوں میں خون کی گردش بہتر بنا کر نظام قلب کی مضبوطی کا باعث بنتے ہیں۔ پیتے میں مانع کمیدی جزی کی بڑی مقدار موجود ہوتی ہے جو جسم میں کوئی سرول کو مناسب سطح پر رکھ کر فالج، ذیابیطس، دل کا دورہ و دیگر امراض قلب میں مبتلا ہونے کا خطرہ کم کرتی ہے۔

اینٹی بائیوٹک کے

اثرات کا خاتمہ

اینٹی بائیوٹک ادویہ ہمارے جسم پر اپنے منفی اثرات ضرور چھوڑ جاتی ہیں۔ یہ ادویہ آنتوں میں موجود جسم کے لیے مفید جراثیم بھی ختم کر دیتی ہیں۔ اس لیے اینٹی بائیوٹک دوائیں کھانے کے دوران یا بعد میں پیتے کو کاٹ کر یا اس کا جوس بنا کر پینا چاہیے۔ پینا ان ادویہ کے منفی اثرات کو نہ صرف زائل کرتا ہے بلکہ آنتوں میں فائدہ مند جراثیم کی دوبارہ نمو بھی کرتا ہے۔

معدہ و آنتوں کے لیے مفید

پینا بطور غذا کھانے سے معدے اور آنتوں پر مفید اثرات ہوتے ہیں۔ ایک حالیہ تحقیق کے مطابق ایک ہفتے تک تواتر کے ساتھ پیتے کا استعمال کرنے سے معدہ اور آنتیں مضبوط ہوتی ہیں۔ پیتے کا خامرہ پچان معدے کے سیال کی کمی، سفر سیال کی زیادتی، بد ہضمی اور آنتوں کی خراش دور کرتا ہے۔ پیتے کے بیجوں کا رس حیضیت اور خونی بواسیر میں مفید بتایا جاتا ہے۔

جلد پر استعمال

پینا جہاں بطور غذا صحت بخش ہے وہیں اس کا

جلد پر استعمال بھی حیرت انگیز نتائج دیتا ہے۔ جلد کے کئی زخموں و نشانات وغیرہ پر پیتے کا میٹش کیا ہوا گودے کا لپ کر فائدہ مند ہے۔ جیسے جلد پر جلنے کا زخم، چاقو یا چھری سے لگ جانے والا کٹ یا گھاؤ، موذی جانور کے ڈنک یا کالٹے کے زخم وغیرہ پر فوری طور پر پیتے کا لپ کرنے سے انفیکشن نہیں پھیلتا اور زخم پر ٹھنڈک کا احساس ہوتا ہے، چہرے پر پڑ جانے والی جھریوں اور داغ و صبوں پر بھی پیتے کا استعمال بہترین ہے۔

پیٹ کے کیڑے

پیتے کے بیج پیٹ کے کیڑوں کو خارج کرنے لیے موثر ہوتے ہیں۔ بیجوں میں موجود کیر-لین نامی مادہ پیٹ اور انتڑیوں کے کیڑوں کا قلع قمع کرتا ہے یا انہیں خارج کر دیتا ہے۔

دن میں تین وقت کھانے سے پہلے دو بیج پیتے کے بیج شہد کے ساتھ اچھی طرح چبا کر کھائیں۔ پیتے کے بیجوں میں موجود الکلائڈ کاربہن بھی پیٹ کے کیڑوں کا خاتمہ کرتا ہے۔

دیگر فوائد

پیتے کے بے شمار فوائد ہیں اور مختلف تحقیقات کے ذریعے نئے فوائد بھی سامنے آرہے ہیں۔ ایک جدید تحقیق کے مطابق گردے ناکارہ ہونے میں پیتے کے بیجوں کا نکالا ہوا رس کارگر ثابت ہو سکتا ہے۔ باقاعدگی سے پیتے کا بطور غذا استعمال جسم پر مفید اثرات دکھاتا ہے۔ یہ جسمانی قوت مدافعت میں اضافہ کرتا ہے اور نزلہ و زکام اور بخار جیسے مسائل سے جسم کی حفاظت کرتا ہے۔ متلی و قے کی کیفیت اور اسہال میں بھی پینا کھانے سے مثبت نتائج

برآمد ہوتے ہیں۔

چائین گوشت اور دیگر پروٹین کو نرم کرتا ہے۔
مارکیٹ میں اب گوشت گھلانے کے لیے خاص طور پر
کچا پیتا پاؤڈر بھی دستیاب ہوتا ہے۔

پپیتے سے الرجی

و دیگر نقصانات

کوئی بھی پھل ہو یا سبزی، اگر اس کا استعمال
اعتدال میں رو کر نہ کیا جائے تو بعض اوقات وہ کسی
الرجی یا جسمانی عارضے کا سبب بھی بن جاتا ہے۔ اس
لیے پپیتے کے استعمال میں بھی احتیاط ضروری ہے۔ کچا
پیتا اکثر خواتین اپنے بانوں میں بطور میز کینڈیشنر
لگاتی ہیں۔

پپیتے میں سیال مادہ چائین ہوتا ہے جو اگر زیادہ
مقدار میں لگایا جائے تو جھن اور سوزش پیدا کر کے
کسی جلدی مسئلے کا باعث بھی بن سکتا ہے۔ اس لیے
بہتر ہے کہ اس کا استعمال کم مقدار میں ہی کیا جائے۔
یہ سیال مادہ چائین رحم کے اعضا کو بھی سکڑاتا ہے اس
لیے دوران حمل کچے پپیتے کے استعمال سے اسقاط
حمل کا خطرہ ہو سکتا ہے۔

اسی طرح پیتا زیادہ کھانے سے کیر وٹینیا
(تکوؤں اور ہتھیلیوں کا زرد ہو جانا) کا مرض بھی
الحق ہو سکتا ہے۔ یونکہ پپیتے میں جینا کیر وٹین پائا جاتا
ہے جو کیر وٹینیا کی اہم وجہ ہے۔



پپیتے کے استعمالات

پیتا کچا اور پکا ہوا دونوں حالتوں میں بطور خاص
کھانے کے ساتھ مختلف پکوانوں، ادویہ سازی اور
مصنوعات میں بھی استعمال کیا جاتا ہے۔ پکا ہوا پیتا چھلکا
اتار کر اور چغ نکال کر استعمال ہوتا ہے جبکہ کچا پیتا
زیادہ تر پیس کر ہی استعمال میں لایا جاتا ہے۔ پپیتے کے
نیجوں اور پتوں کو بھی کئی ادویہ کی تیاری میں شامل کیا
جاتا ہے۔ پپیتے کے تنے کی مدد سے رسی بھی بنائی
جاتی ہے۔

مختلف ممالک میں

پپیتے کا استعمال

دنیا کے مختلف خطوں میں کچا پیتا اور مینھا پیتا
مختلف طریقوں سے استعمال کیا جاتا ہے۔
تھائی لینڈ کے باشندے اپنے کھانوں سلاد اور
کری میں کچا پیتا پکا کر اور کچا استعمال کرتے ہیں۔
انڈونیشیا میں کچا پیتا اور اس کے پتے ابال کر
بطور سلاد کھایا جاتا ہے۔

کچھ ملکوں میں پپیتے کے پتے پالک کی طرح پکا کر
بھی طور غذا پسند کیے جاتے ہیں اور اس کے پتوں سے
قبوہ بنا کر طیرا کے مریضوں کو پلایا جاتا ہے۔

پپیتے کے کالے چغ خوردنی ہوتے ہیں ان کا ذائقہ
تیز مسالہ دار ہوتا ہے۔

ان کو پیس کر سیاہ مرچوں کے متبادل کے طور پر
بھی استعمال کیا جاتا ہے۔

گوشت گلانے کے لیے

زمانہ قدیم سے کچے پپیتے کو گوشت گھلانے کے
لیے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ اس میں شامل خامرو

مرد گھر کے لیے سودا سلف لانے کی غرض سے بازار روانہ ہوتے ہیں، تو گھر کی خواتین یہ بات ضرور یاد دلاتی ہوں گی کہ ”پودینہ“ ضرور لیتے آئیے

پودینہ

”اے آپ نے کبھی یہ غور کیا کہ یہ خوشبودار

پودا کتنی بہت سی صفات کا حامل ہے....؟ عام طور پر لوگ پودینہ کا مصرف صرف یہ سمجھتے ہیں کہ یہ

کھانوں کو خوش ذائقہ اور خوشبودار بنانے والی شے ہے۔ ہمارے ہاں پودینے کی چٹنی

بھی ذوق و شوق سے استعمال کی جاتی ہے پودینہ میں محض یہی ایک خاصیت نہیں پائی جاتی بلکہ قدرت نے پودینہ کو حیرت انگیز خصوصیات سے مالا مال کر رکھا ہے۔

یہ بات بھی کم ہی لوگوں کے علم میں ہوگی کہ پودینہ کی بہت سی اقسام ہیں اور ان کی صفات بھی مختلف ہیں۔ اس کی چند اقسام خود وہ ہیں اور پتھر ملی نم جگہوں پر خصوصاً آبشاروں کے کناروں پر اُتی ہیں۔

پودینہ کی کئی اقسام کی باقاعدہ کاشت کی جاتی ہے۔ عام طور پر استعمال ہونے والا پودینہ بڑے پیمانے پر کاشت کیا جاتا ہے، اس لیے اس کا نام ”پودینہ ہستانی“، ”کارڈن منٹ“ پڑ گیا ہے۔

یہ پودینہ، برصغیر پاک و ہند، جزائر عرب، یورپ اور امریکا میں کثرت سے پیدا ہوتا ہے

اور شوق سے استعمال کیا جاتا ہے۔

حکماء کی رائے میں پودینہ کا مزاج گرم اور خشک ہے۔ پودینہ خاص طور پر نظام ہاضمہ سے متعلق

امراض میں مفید ہے۔ غذا کو آسانی کے ساتھ ہضم کر دیتا ہے اور

ریاح کے اخراج میں مدد کرتا ہے، چنانچہ بھوک نہ

لگنے، پیٹ پھولنے، گھٹی ذکاریں آنے اور متلی وقت کے مریضوں

کے لیے فائدہ مند ہے۔ اس میں ایک روغن موجود ہوتا ہے جو ہیضہ

کے جراثیم پر اثر انداز ہوتا ہے۔ یہی وجہ ہے کہ جن دنوں ہیضہ

کی وبا پھیلی ہوئی ہو، پودینہ

متعدد امراض سے نجات دلا سکتا ہے....

استعمال کرنے کا مشورہ دیا جاتا ہے۔

پودینہ کی ایک بڑی خوبی، زود حیرت (الرجی) کے خلاف اس کا موثر ہونا ہے۔

خصوصاً، الرجی کی ایک شدید قسم شری (ہتی اچھلنا یا چھپا کی) میں پودینہ کے پتوں کی

چائے بنا کر پلائی جاتی ہے جو جلد کی جلن اور خارش کو رفع کر دیتی ہے۔ اس غرض سے پودینہ کے

دس گرام تازہ پتوں کا رس،



طوبی دانش

مارچ 2015ء

Copied From Web

کر سکتی ہیں۔

پودینہ کی ایک منفرد خاصیت یہ ہے کہ یہ خون میں موجود فاسد مادوں کو پسینے کے ذریعے جسم سے خارج کر دیتا ہے، اسی لیے یرقان کی شکایت میں پودینہ کو خاص طور پر استعمال کروایا جاتا ہے۔ بلغم کو پتلا کرنے کی صلاحیت بھی پودینہ میں ہے اس لیے بلغمی خشک کھانسی میں



بھی مریض کو اس کی چائے پلائی جاتی ہے۔

پودینہ کو اچھی طرح پانی سے دھو کر اس کے پتے انگ کر لیے جائیں اور انہیں سائے میں خشک کرنے کے بعد، ہاتھوں سے مسل کر چورا کر لیا جائے۔ جب بھی کھانا کھائیں، اس سفوف کو سالن پر چھڑک لیں۔ معدے کی جھن (جو بھوک کے وقت یا کھانے کے بعد پیدا ہو جاتی ہے)، پیٹ کے پھولنے، بد ہضمی اور معدے کے ابتدائی زخموں کی صورت میں یہ مفید ہے۔

پودینہ کی آمیزش سے کئی دوائیں بھی بنائی جاتی ہیں۔ ان میں جوارش پودینہ، جوارش انارین، عرق پودینہ اور قرص پودینہ قابل ذکر ہیں جو نظام ہاضمہ سے متعلق بہت سے امراض میں استعمال کروائی جاتی ہیں۔ خاص طور پر متسی، الٹی، اسہال، بد ہضمی، سینے کی جھن، بھوک نہ لگنے، منہ کا ذائقہ کڑوا رہنے، یرقان اور ورم تہر میں یہ دوائیں بہت فائدہ پہنچاتی ہیں۔

خشک یا تازہ پودینہ، دیگر دواؤں کے ساتھ ملا کر بطور چائے یا خیساندہ پلایا جاتا ہے۔ "خیساندہ" سے مراد ہے کہ تیزی بونیوں کو رات میں پانی میں بھگو دیا

نصف پیالی عرق کلاب میں ملا کر پلایا جاتا ہے۔ پودینہ میں کیڑوں کو ہلاک کرنے والے اجزاء بھی پائے جاتے ہیں۔ خاص طور پر ناک اور کان میں جو کیڑے پیدا ہو جاتے ہیں، ان پر اگر پودینہ کا تازہ رس ڈالا جائے تو وہ ہلاک ہو جاتے ہیں۔

پودینہ آپ کے حسن کا محافظ بھی ہے۔ چہرے کے داغ و صبوں، مہاسوں اور زائد تلوں سے نجات حاصل کرنے کے لیے تازہ پودینہ، خالص سرکہ کے ساتھ چیس کر چہرے کے متاثرہ مقامات پر لپ کیا جاتا ہے۔ چند دن کی پابندی سے، داغ و صبہ دور ہو جاتے ہیں اور جلد نکھر آتی ہے۔ جلد کی رنگت صاف کرنے کے لیے پودینہ کو پانی میں جوش دے کر اس پانی سے نہانے کا مشورہ بھی دیا جاتا ہے۔

پودینہ مختلف اقسام کے زہر کا تریاق بھی ہے۔ خاص طور پر بچھو، بھڑ، مٹی اور چوہے وغیرہ کے کمانے پر پودینہ کو چیس کر لپ کیا جاتا ہے۔ انیش کو جاری کرنے میں بھی پودینہ مفید ہے، اس لیے وہ خواتین جو ایام کی تنگی یا کمی میں جکما ہوں، پودینہ کی چائے یا تازہ رس استعمال کر کے اس مشکل سے بچنے کا حاصل



جائے اور صبح انہیں لی کر چھان لیا جائے۔ یہی چھنا
ہو اپانی "غیسائدہ" کہلاتا ہے۔
مٹی، الٹی، خصوصاً حاملہ خواتین کی قے و مٹی،
پرانے قبض ہتی اچھلتے، فحاش ہضم کے خراب ہونے
سے پیدا ہونے والے فشر خون (بلڈ پریشر) کی

صورت میں یہ نسخہ مفید بتایا
جاتا ہے۔ سو ف ایک کھانے
کا چمچ، اسی قدر پودینہ، حقی
(بج نکال لیں) نو عدد، آلو
بخار سے پانچ عدد، ان اشیاء کو
ڈیڑھ پیانی پانی میں رات کے
وقت بھجودیں۔ صبح ان
دواؤں کو لی کر چھان لیں اور
چھنا ہو اپانی پی لیں۔ سردی
کے موسم میں اس پانی کو نیم
گرم کر کے بھی پیا جاسکتا
ہے۔ آدھے سر کا ایسا درد



کیسیائی طریقوں سے ٹھنڈک پہنچائی جاتی ہے تو یہ ٹھنڈ
ہو کر قلموں کی شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قلمی شکل میں
یہ ست پودینہ (سینتھول) کہلاتا ہے۔ ست پودینہ
کو دوا، ذائقہ اور خوشبو کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔
پان کے مسالوں میں شامل کیا جاتا ہے۔ اسے زبان پر
رکھنے سے منہ میں ٹھنڈک کا

احساس ہوتا ہے۔ ست
پودینہ کو بد ہضمی، قے،
اسہال، خصوصاً غذائی سمیت
(فوڈ پوائزنگ) ہیضہ اور
درد دور کرنے کے لیے
استعمال کروایا جاتا ہے۔ اس
کا ایک مشہور مرکب
درجنوں ناموں سے بازار
میں فروخت ہوتا ہے اور
بہت سے امراض کو دور
کرنے کی حیرت انگیز

خاصیت رکھتا ہے۔ ست پودینہ اور ست اجوائن کو
برابر مقدار میں ملا کر کسی شیشے کی بوتل میں ڈھکن
اچھی طرح بند کر کے دھوپ میں رکھ دیا جاتا ہے۔
پندھنے بعد یہ سیان شکل اختیار کر لیتا ہے۔ قے،
مٹی، ہیضہ، بد ہضمی میں فائدہ پہنچاتا ہے۔

تھیلوں میں سوزش پیدا ہونے سے جو امراض
پیدا ہوتے ہیں مثلاً نزلہ زکام، گلے کی خراش اور
انفدائندہ وغیرہ، ان میں، اس روغن کے چند قطرے
پلاتے اور متاثرہ حصہ پر لگاتے ہیں۔ سردی کی
صورت میں پیشانی اور کنپٹیوں پر اس کا لیپ کیا جاتا
ہے۔ دانت میں درد ہو تو، اسے روئی پر لگا کر متاثرہ

ہو جائے جس کے ساتھ مٹی اور قے بھی محسوس ہوتے
بھی یہی نسخہ مفید ہے۔ مزید تحقیق سے پتا چلا ہے کہ
پودینہ میں اعصاب کو سکون پہنچانے اور نیند لانے
والے اجزاء بھی موجود ہیں۔

پودینہ کی ایک اہم قسم "پودینہ کوئی" ہے جسے
"جاپانی منت" بھی کہتے ہیں۔ اسی پودے سے "ست
پودینہ" یا "سینتھول" حاصل کیا جاتا ہے۔ یہ پودا
چین اور جاپان میں زیادہ پایا جاتا ہے۔ جاپان کی ست
پودینہ کا سب سے بڑا برآمد کنندہ ہے۔ اس سے ایک
روغن کشید کیا جاتا ہے جو روغن پودینہ جاپانی (جاپانی
منت آئل) کہلاتا ہے۔ اس روغن کو مخصوص

پودینے کا رس، تیس گرام شہد ملا کر پینے سے گیس سے بیماری میں فائدہ ہوتا ہے۔

❖..... چکی بند نہ ہو تو پودینے کے پتوں پر چینی ڈال کر چبائیے۔

❖..... موسم سرما میں اکثر زکام کھانسی کی شکایت رہتی ہے۔ اس کے لیے پودینے کی چائے میں ایک چکی نمک ڈال کر پینے سے فائدہ ہوتا ہے۔

❖..... داغ مہاسوں کے لیے پودینے کے پتوں کو پیس کر اس کا لپ داغ مہاسوں پر لگائیں۔

پودینے کے اتنے سارے فوائد ہمیں دعوت دیتے ہیں کہ مختلف امراض سے نجات حاصل کرنے کے لیے اس قدرتی دوا کو بھرپور طریقے سے کام میں لایا جائے۔



عظیمی کی ہوم ڈیوری اسکیم

عظیمی کی مصنوعات مثلاً وزن کم کرنے کے لیے مہز لین ہرمل ٹیبلیٹ، سن ریز ہرمل شیمپو، شہد، بالوں کے لیے ہرمل آئل، رنگ گورا کرنے والی ہرمل کریم شین سم اور دیگر مصنوعات کراچی میں ہوم ڈیوری اسکیم کے تحت گھر بیٹھے حاصل کی جاسکتی ہیں۔

مطلوبہ اشیاء منگوانے کے لیے اس نمبر پر رابطہ کیجیے:

021-36604127

رہنمائی و مشاورت

دانت پر رکھتے ہیں اور رال بہاتے ہیں۔ طے ہوئے مقام پر اسے لگانے سے جلن اور سوزش دور ہو جاتی ہے اور آبلہ نہیں پیدا ہوتا۔ زہریلے کیزوں کے کاٹے پر لگانے سے تکلیف دور ہو جاتی ہے اور زہر اثر نہیں کرتا۔

پودینے کی ایک اور قسم پودینہ فلی (ہیپر منت) کہلاتی ہے۔ اس کی خوشبو سب سے تیز ہوتی ہے۔ اس سے روغن پودینہ فلفلی (ہیپر منت آئل) تیار کیا جاتا ہے جو بہت سے امراض کے علاج میں مفید بتایا جاتا۔ پودینے کی ایک اور قسم پودینہ نہری، (مارش منت) ہے جو نہروں کے کناروں پر آتی ہے۔

پودینے کی ایک قسم کا نام قدیم کتب میں مشطرا مشیع (فلی منت) بیان کیا گیا ہے۔ پودینے کی یہ قسم پاکستان میں کثرت سے پیدا ہوتی ہے اور ایران، اسپین اور مراکش میں بھی پائی جاتی ہے۔ اس سے ایک روغن حاصل کیا جاتا ہے جو روغن مشطرا مشیع (ہینی رائل آئل) کہلاتا ہے۔ یہ روغن دواؤں میں استعمال ہونے کے ساتھ صابنوں کو خوشبودار بنانے میں بھی کام آتا ہے۔ اس سے مصنوعی ست پودینہ (سینتھول) بھی بنایا جاتا ہے۔ پودینے کی یہ قسم خواتین کے امراض خصوصاً ایام کی بندش اور تکلیف میں استعمال ہوتی ہے۔ نظام ہاضمہ درست کرنے کے لیے مفید بتائی جاتی ہے۔

ذیل میں پودینے کے چند نسخے دیے جا رہے ہیں جو مختلف امراض میں مفید بتائے گئے ہیں۔

❖..... دستوں میں آدھا کپ پودینے کا رس بروہ کھٹے بعد پلائیں۔

❖..... صبح سویرے ایک گلاس پانی میں پچیس گرام



لذیذاور غذائیت سے بھرپور تھی ڈشز کی یہ ترکیبیں
آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ کر دیں گی۔

بیف کے لذیذ پکوان بیف اسپیشل

خوشبو آنے لگے تو ٹماٹر ڈال کر پانچ منٹ کے لیے پکائیں اس میں ایک کھانے کا چمچ دہی ڈالیں اور ہلائیں۔ اسی طرح ساری دہی ڈال دیں اور اچھی طرح مکس کر لیں۔ اس کے بعد لیموں کا رس ڈال دیں۔ فرائی کیے ہوئے کوفتوں کو ٹماٹر سوس میں ڈال دیں اور ڈھک کر ہلکی آگ پر بیس منٹ کے لیے پکائیں۔ سرنگ ڈش میں

نر اس میں ہر ادھنیا پیاز، آسن، اورک، جری مرچ، گرم مسالہ پاؤڈر، دھنیا پاؤڈر، بادام پاؤڈر اور تھوڑا سا نمک ڈال کر مکس کر میں اور اس کے چھوٹے کوفتے بنائیں۔ ایک تان لٹک سوس چین میں تیل گرم کریں اور اس میں کوفتے ڈال کر فرائی کر لیں سنبرے ہو جائیں تو تیار ہیں۔



لیمب کوفتہ کری

اشیاء: قیمہ آدھا کلو، پیاز ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، لہسن کا جوا ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، اورک پیسٹ ایک چائے کا چمچ، جری مرچ ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، گرم مسالہ پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، دھنیا پاؤڈر ایک چائے کا چمچ، بادام (چیں نیں) ایک چوتھائی کپ، ہر ادھنیا دو کھانے کے چمچ (چوپ کر لیں)، نمک حسب ذائقہ، تیل حسب ضرورت۔ ٹمالو سوس کے لیے: تیل آدھا کھانے کا چمچ، پیاز ایک عدد (باریک چوپ کر لیں)، قورمہ کری پیسٹ تین کھانے کے چمچ، ٹماٹر (چوپ کر لیں) 400 گرام، دہی آدھا کپ، لیموں کا رس ایک چائے کا چمچ۔ ترکیب: ایک پیالے میں قیمہ ڈال

نکال کر ملاد اور اپنے ہوتے چاولوں کے ساتھ گرم گرم پیش کریں۔ سجاوٹ کے لیے ہر ادھنیا ڈال دیں۔
امرتسری گوشت
اشیاء: گوشت بغیر ہڈی کا آدھا کلو، آلو تین عدد (درمیانے سائز کے)، ٹماٹر

ٹمالو سوس بنانے کے لیے: ایک چین میں ہلکی آگ پر تیل گرم کر لیں۔ اس میں پیاز ڈال کر چھ سے آٹھ منٹ کے لیے پکائیں اور نرم اور سنبر کر لیں۔ اس کے بعد قورمہ کری پیسٹ ڈالیں اور پکائیں۔ جب

ایک پیالے میں قیمہ ڈال

چار عدد، سیاہ مربع پاؤڈر ایک چائے کا
 پیچ، دھنیا پاؤڈر ایک چوتھائی چائے کا
 پیچ، ہری مرچیں چار عدد، ہرا دھنیا
 (چوپ کیا ہوا) دو چائے کے پیچ،
 اورک پیسٹ ایک چائے کا پیچ، پیاز
 (درمیانی سائز کی) دو عدد، تھکی حسب
 ضرورت، نمک حسب ذائقہ۔

ترکیب: گوشت کے ایک ایک انچ کے چوکور ٹکڑے کر کے دھولیں اور لیکن پیچ سے خشک کر لیں۔ ٹماٹروں کے چار چار ٹکڑے کر لیں اور آلو کو پھیل کر گول قتبے کاٹ لیں۔ ہری مرچوں کے پیچ ٹکڑے کاٹ لیں اور پیاز چوپ کر دیں۔ سوس پین میں درمیان آٹے پر تھی گرم کر کے اس میں آلو ڈال دیں آلو نرم پڑ جائیسا بادامی نہ ہوں تو تھی سے نکال لیں اور اسی گھی میں گوشت ڈال دیں۔ گوشت ہنکا بادامی ہو جائے تو وہ بھی تھی سے نکال لیں اور سوس پین کو آٹے سے اتار لیں۔ ایک دہنی میں گوشت، دھنیا پاؤڈر، سیہ مرچ پاؤڈر، ابدرک پیرٹ، نمک، تین چوتھائی کپ تھی اور تین چوتھائی کپ پانی ڈال کر آٹے پر رکھ دیں۔ پانی خشک ہو جائے تو اچھی طرح بھون کر گوشت تلنے کے لیے اندازے سے پانی ڈال دیں۔ گوشت ادھ مٹا ہو جائے تو مٹا ڈال دیں، گوشت گل جائے اور تھوڑا سا پانی باقی ہو تو آلو، پیاز، ٹماٹر، ہری

مرچیں اور ہر ادھنیا ڈال کر دس منٹ کے لیے دم پر رکھ دیں۔ امرتسری گوشت تیار ہے۔

گولڈیف اسٹیکس

اشیاء: بیٹے اسٹیکس چار عدد،
زیتون کا تیل ایک کھانے کا چمچ، سویا
سوس دو کھانے کے چمچ، لہسن کے
جوے (کوٹ لیں) دو عدد، لیموں کا
رस تین کھانے کے چمچ۔

ترکیب: اسٹیکس پر اگر چربی ہے تو اس کو اتار کر صاف کر لیں۔ اب اسٹیکس کو دو پائنت شینس کے درمیان رکھیں اور کچن پیپر سے ان پر سرب لگائیں۔ جب اسٹیکس کی موناٹی م ہو کر آدھتی رہ جائے تو اسے ایک پیالے میں رکھ کر اس میں زیتون کا تیل، سویا سوس، لیوڈن کارس اور بسنہ ڈال کر چار سے پانچ منٹے یا رات بھر کے لیے فریق میں مریٹھ ہونے کے لیے رکھ دیں۔ اب اسٹیکس کو بارانی کر لیں (گوشت کو پختے میں چند منٹ بلیس گے)۔ اگر چاہیں تو ان کے اوپر ہاؤز رکھ کر ٹرول کر لیں۔ بیگی ہوئی بریڈ کے ساتھ سوا کریں۔

مکھنی آردہ گوشت

ششیلہ: ثابت اردھ کی دال 125
لرام، بیف ایک گلو، نمک حسب
انقہ، دلی ایک چوتھائی کپ، نمک
تھو کھانے کے بیج، کریم (سجواٹ سے

لیجیے) حسب ضرورت، نال مرچ
 پاؤڈر دو چائے کے چمچ، سوکھا دھنیا
 پاؤڈر ایک کھانے کا چمچ، گرم مسالہ
 پاؤڈر آدھا چائے کا چمچ، نمائو پوری
 ایک کپ، ہلدی پاؤڈر آدھا کھانے کا
 چمچ، تیل ایک کھانے کا چمچ، پیاز
 (باریک کاٹ لیں) دو عدد، لہسن
 اور ک پیسٹ ایک کھانے کا چمچ۔

ترکیب : ایک دہی میں گوشت
دھو کر ڈال دیں ساتھ ہی اورک، لہسن،
پیاز، بلدی اور نمک ڈال کر اتنا پانی ڈالیں
کہ گوشت نکل جائے اور پانی خشک
ہو جائے۔ جب گوشت نکل جائے تو
اُٹ سے ہائیں۔ دال میں تھوڑا سا
نمک ڈال کر ہال میں جب نکل جائے تو
خوشک ہیں۔ چھ دانے ٹاپت رہیں اور
چھ نکل جائیں اب ایک دہی میں تیل
اور نمک ڈال کر پختا لیں۔ اس میں
ٹماٹو، پیوڑی، لال مرچ، دہی اور ذرا سا
نمک ڈال کر گوشت ڈال دیں اور
پکائیں۔ جب گوشت اچھی طرح پھین
جائے اور مسالہ تیل چھوڑ دے تو دال
ڈال دیں۔ ساتھ ہی دھنیا پاؤڈر اور گرم
مسالہ ڈال کر دس منٹ بالکل ہلکی آگ
پر دم پر رکھیں۔ یہ وقت دس میں نکال
کر اوپر ایک یا دو حانے کے چمچ کریم
یا ان کریم پھیلا دیں۔ چاولوں یا نان کے
ساتھ نہ کریں۔

لپے، گھنے اور ریشم جیسے بال

♦♦♦... کالے ماش ثابت ایک کپ، آملہ آدھا کپ، سناکائی آدھا کپ، میتھی کے بیج دو بڑے بیج، لیموں کے چھلکے سوکھے ہوئے چار عدد ان تمام اشیاء کو پیس کر سفوف بنالیں۔ گرم پانی میں آدھے گھنٹے کے لیے بھجودیں اور پھر سر پہ لگائیں۔ پانچ منٹ بعد سر دھولیں۔ اس سے بال لپے، گھنے، چمکدار اور گرمابند ہو جائیں گے۔

♦♦♦... سرسوں کا تیل، لیندے کے تازہ پھول ایک پاؤرات کو بھجو کر رکھ دیں۔ صبح پھولوں کو اچھی طرح غسل کر تیل چھان لیں۔ سر دھونے سے تقریباً ایک گھنٹہ پہلے اس کو اچھی طرح سر پر لگائیں۔ بال لپے اور گھنے ہو جائیں گے۔

♦♦♦... بالوں کو لمبا کرنے کے لیے ایک مٹھی میتھی پیس کر سفوف بنائیں۔ اس میں انڈا، ناریل کا تیل اور پھپھلا لیں۔ آدھے گھنٹے تک اسے بالوں میں لگا رہنے دیں اور پھر

بہت سی خواتین کی یہ خواہش ہوتی ہے کہ ان کے بال گھنے، لپے اور چمکدار ہوں۔ بالوں کی خوبصورتی میں اچھی صحت کا بہت بڑا حصہ ہے۔

آپ اپنی صحت کا خیال رکھیں۔ متوازن غذا استعمال کریں، سب اور دوسرے پھل، سبزیاں زیادہ استعمال کریں، باقاعدگی سے دودھ پیئیں تو آپ کے بالوں پر خوشگوار اثر پڑے گا۔

غذا کا خیال رکھنے کے ساتھ ساتھ بالوں میں ناریل یا سرسوں کے تیل کی مالش کریں۔ تیل لگانے سے پہلے اسے ہلکا سا گرم کر لیں۔



صبح نہانے اور بال دھونے سے پہلے تھوڑا لیموں کا رس لے کر بالوں کی جڑوں میں مالش کریں۔ اس کے بعد صابن یا شیمپو سے بالوں کو دھو کر صاف کر لیں۔ یہ سکری کے لیے بھی مفید ہے۔

♦♦♦... رات کو پانی میں اٹلی ڈال کر بھلو کر رکھیے اور پھر صبح اس پانی سے بال دھو ڈالیے۔ یہ عمل کم از کم ایک ہفتہ ضرور کیجیے اور پھر بالوں میں ناریل کا تیل

بال کر بیٹے۔ بال لپے، گھنے اور چمکدار ہو جائیں گے۔

♦♦♦... ماش کی دال اور بیڑی کے صاف پتے بھجو دیں۔ پھر پیس لیں دونوں کو ملا کر اس آمیزے سے سر دھوئیں بال لپے اور صاف ہو جائیں گے۔



ایسے ہر بل شیمپو سے بالوں کو دھو لیں۔

♦.... بالوں کے لیے خالص سرموں کے تیل کے ساتھ ایک کسٹر آئل کی بوتل ڈال کر کس کر کے بالوں میں لگائیں۔ اس سے بال لہے، گھنے، سیاہ اور موٹے ہوتے ہیں۔

چمکدار بالوں کے لیے

♦.... غسل سے ایک گھنٹہ پہلے سر پر تیل کی مالش کرنے سے بالوں میں چمک آجاتی ہے۔

♦.... بالوں میں بھاپ دیں۔ بال ریشم جیسے ہو جائیں گے۔

♦.... اپنے بالوں کو ہفتے میں کم سے کم دو بار شیمپو کریں۔

♦.... دو بڑے چمچ دہی اور ایک انڈے کی زردی لے کر اچھی طرح ملا لیں۔ اس آمیزے کو کھوپڑی پر اچھی طرح پیسے۔

آدھے گھنٹے بعد بال دھو ڈالیں۔ خشک بال نرم ہو جائیں گے اور ان میں ریشم جیسی چمک اور خوبصورتی پیدا ہو جائے گی۔

♦.... آدھا آئپ دودھ لے کر اس میں ایک انڈا ملا کر خوب اچھی طرح پھینٹ لیں یہاں تک کہ اس میں جھاگ بننے لگے۔ اسے سر کی جلد اور بالوں پر لگائیں۔ تھوڑی دیر بعد دھو ڈالیں۔ اگر مہندی استعمال کرتی ہیں تو مہندی کے آمیزے میں ایک چائے کا چمچ ناریل کا تیل ملائیں ورنہ بال اور بھی خشک نظر آئیں گے۔

بالوں کو خوبصورت، چمکدار اور

گہنے بنانے کے لیے عمدہ تیل

سن فلاور آئل ایک لیٹر، یونڈر آئل چند روٹی

لیٹر، لیسن آئل دس ملی لیٹر، روز آئل پانچ ملی لیٹر۔
سن فلاور میں کوئی دل پسند خوشبو شامل کر کے استعمال کریں۔ یہ تیل بالوں کو لمبا، چمکدار بناتا ہے۔
سر کے بالوں کا بہترین نسخہ
برہمی بوٹی 250 گرام، آملہ 250 گرام، مکوں کا تیل 500 گرام۔

ان دونوں کو چس کر 500 گرام تیل کے تیل میں پکائیں۔ یہاں تک کہ تیل کی رنگت بدل جائے پھر اس کو چھان کر بوتل میں بھر لیں۔ لیجیے تیل تیار ہو گیا۔

نہانے سے آدھے گھنٹے قبل یہ تیل بالوں میں اچھی طرح لگائیں پھر نہالیں۔

بالوں کو لمبا کرنے کا تیل

آملہ خشک، ایک پاؤ، برگ ورسہ آدھا پاؤ، تینوں کا تیل آدھا کلو، آب چندر ایک کلو، برگ مہندی آدھا پاؤ، پانی ایک لیٹر۔

پہلے آملہ برگ مہندی اور برگ ورسہ کو پانی میں ڈال کر آٹ پر جوش دیں۔ آٹ نکلی ہوئی چاہیے۔ جب پانی نصف جل جائے تو آب چندر ڈال دیں اور جب سارا پانی جل جائے اور صرف تیل ہی باقی رہ جائے تو آہستہ سے بخار کر بوتل میں ڈال لیں۔ اس تیل سے بال خوب لہے ہوتے ہیں۔

تیل کے ساتھ بالوں کی چمک میں ہیز رنزر (Hair Rinses) بھی معاون ثابت ہوتے ہیں۔ بالوں کو ریشمی اور چمکدار دکھائی دینے کے لیے رنزر کی ضرورت پڑتی ہے۔ یہ آلودگی اور سورج کے نقصانات سے آپ کے بالوں کو بچانے کے لیے اچھی ذہال میا کرتے ہیں۔

تیل کا بہترین نسخہ

سیب والا پیشرنز

(Apple Hair Rinse)

مالٹ سرکہ (Malt Vinegar) 200 ملی

لیٹر، گرم پانی ایک لیٹر۔

ان دونوں کو ملا کر بالوں پر لگائیں۔

ایک نسبتاً گرم کمرے میں بالوں کو خشک

کریں۔ اس آمیزے سے بالوں کو پُرکشش چمک اور

سنہری رنگ ملے گا۔ یہ پختے بالوں کے لیے

بھی بہتر ہے۔

جو والا پیشرنز

(Barley Hair Rinse)

مالٹ سرکہ ایک کپ، گرم پانی ایک کپ۔

مالٹ سرکہ اور جو کو گرم پانی میں ملا کر بالوں پر

لگایا جائے تو یہ بالوں کو ملائم، چمکدار اور بالوں کے

رنگ کو گہرا کر دیتا ہے۔ اس کے بعد اسے ہلے ہوئے جو

کے پانی (چار حصے پانی اور ایک حصہ جو) کے ساتھ سر

دھوئیں اور مطلوبہ بالوں کی سیٹنگ کے بعد اسے

خشک ہونے دیں۔

بابونہ پیشرنز

(Chamomile Hair Rinse)

بابونہ کے پھول (پاؤڈر) ایک کپ، چینی مٹی

(Kaolin Powder) ایک کپ۔

بابونہ کے پھولوں کا پاؤڈر اور چینی مٹی لیں۔ ان

دونوں کا پیسٹ بنالیں۔ اس کو بالوں میں اچھی طرح

مالش کرنے کے بعد تیس منٹ تک لگا رہنے دیں۔

اس کے بعد سر کو نیم گرم پانی سے جس میں ایک عدد

لیموں کا رس ملا ہوا ہو دھو لیں۔ آپ کے بال پرکشش

ہو جائیں گے۔ یہ رنز ہر قسم کے بالوں کے لیے

استعمال ہو سکتا ہے۔

لیے، گھنے اور چمکدار بالوں میں برش یا کٹنگ

کرنے کا طریقہ بھی جانتا ضروری ہے۔

♦.... بالوں میں ہمیشہ برش اس وقت کریں جب

یہ خشک ہوں۔ گیلے بالوں میں برش کرنا بالوں کے

سروں کے دھوڑنے کا سن بنتا ہے۔

♦.... برش کرنے کے لیے سر کو نیچے جھکالیں اور

سر سے پرے یعنی بالوں کے سروں سے برش کرنا

شروع کریں۔

♦.... برش کرنے کے دوران اپنے سر کو آگے کی

طرف جھکائیں۔ اس طرح دوران خون کا بہاؤ سر کی

جانب بڑھ جائے اور بالوں میں توانائی پیدا ہوگی۔

♦.... باریک بالوں کے لیے نرم برش جو سر کو نہ

کھرو نیچے کی ضرورت ہوتی ہے۔

♦.... بہت لمبے ہونے والوں کے لیے ایک بڑے

برش جس کے دندان سخت ہوں کی

ضرورت پڑتی ہے۔

♦.... چھوٹے یا متحرک یا لمبے بالوں کے لیے ایک

تنگ برش جس کا سر لیو ترا مستطیل نما ہو اور جس کے

دندانے فاصلے پر گرد پ نما شکل میں ہوں ضرورت

پڑتی ہے۔

♦.... کبھی بھی جیسے دندانوں والا برش استعمال نہ

کریں۔ یہ بالوں کو زخمی کر دیتے ہیں۔ ایسی کٹنگ

استعمال کریں جس کے دندانے فاصلے پر ہوں۔

♦.... اچھے ہوئے بالوں میں کٹنگی کرنے کا آسان

حل یہ ہے کہ آپ بالوں کے سرے سے کٹنگی کرنا

شروع کریں اور آہستہ آہستہ اوپر کی طرف آئیں۔





گیس

جو غذا ہم کھاتے ہیں اس کے ہضم ہونے کا عمل ہمارے منہ سے ہی شروع ہو جاتا ہے۔ غذا کے چبائے جانے کے دوران گلے کے مخصوص غدود کی رطوبت غذا میں شامل ہو کر نشاستے کو شکر میں بدل دیتی ہے اور دانت غذا کو اچھی طرح چبا کر باریک کر دیتے ہیں۔ غذا اب معدے میں پہنچتی ہے جہاں ہاضم رطوبت اور تیزاب اس میں شامل ہو جاتے ہیں۔ معدہ حرکت کرتا ہے اور ہاضم رطوبت اور تیزاب غذا میں مل کر اسے سادہ اجزاء میں بدلتے ہیں۔ اس عمل کے دوران تیس پیدا ہوتی ہے جو عام طور پر ذکار کی شکل میں خارج ہو جاتی ہے۔ بعض صورتوں میں یہ گیس زیادہ مقدار میں بننے لگتی ہے یا جتنی تیس بن رہی ہوتی ہے، وہ کسی سبب کی بنا پر جسم سے خارج نہیں ہو سکتی۔ نتیجے میں یہ تیس پیٹ میں جمع ہو جاتی ہے۔

گیس بننے کے اسباب

کھائی جانے والی غذا درست طریقے پر پکی ہوئی نہ ہو، ہاضمہ پر بوجھ ڈالنے والی ہو یا باسی ہونے کی وجہ سے اس میں تغیر پیدا ہو گیا ہو۔

غذا کو خشک طرح چبایا نہ جائے یا اسے اتنی دیر تک منہ میں ٹھہرنے کا موقع ہی نہ دیا جائے کہ منہ کی

رطوبت اس پر اثر انداز ہو سکے، یا جلد جلد کھایا جائے۔ معدہ اپنا کام صحیح طور پر انجام نہ دے رہا ہو، خواہ اس کی وجہ معدے کی اپنی کمزوری، مثلاً معدے میں ورم آنا یا اس میں ہاضم رطوبتوں کا کم یا زیادہ بننا ہو یا آپ خود معدے کو مشکل میں ڈال دیں یعنی وقت پر کھانا نہ کھائیں یا ایک غذا کے ہضم ہونے سے پہلے دوسری غذا معدے میں پہنچا دیں۔

حکیم عادل اسماعیل

غذا جب معدے سے چھوٹی آنت میں داخل ہو رہی ہو تو اس پر مخصوص رطوبتیں مطلوبہ مقدار میں اثر انداز نہ ہو سکیں یا غذا کے جس حصے کو منہ یا معدے میں ہضم ہونا چاہیے تھا وہ ہضم نہ ہو سکے۔

نفسہ کسی وجہ سے آنتوں میں زیادہ دیر تک رکا رہے، ایسی صورت میں بھی تیس زیادہ بنتی ہے اور تیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ ہو کر پیٹ پھولنے لگتا ہے۔ ایسا عام طور پر قبض کے مریضوں میں ہوتا ہے۔

ٹپلی آنت کے امراض، مثلاً بواسیر وغیرہ بھی تیس کے خارج ہونے میں رکاوٹ بنتے ہیں۔

محنت، مشقت، کھیل کود اور ورزش یا جہل قدمی سے "پرہیز" کرنے والے افراد بھی تیس کے مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

نوجوانی کی نسبت اومیز عمری میں تیس زیادہ بننے لگتی ہے۔

زیادہ وزن کے حامل افراد میں بھی تیس زیادہ بننے کی شکایت عام ہے۔

ان لوگوں کو بھی معدے میں تیزابیت بڑھ جانے کی شکایت رہتی ہے جو بہت متفکر اور پریشان رہتے ہیں۔ زیادہ تیزابیت کی وجہ بھی تیس بننے لگتی ہے۔

علامات

اسباب کے لحاظ سے تیس کے مرض کی علامات مختلف ہیں۔ اگر معدے میں تیزابیت بڑھ جائے تو مریض کو بھوک برداشت نہیں ہوتی۔ کھانے سے پہلے مریض کا پیٹ پھول جاتا ہے، سینے میں جلن ہونے لگتی ہے۔ کچھ کھانے سے آرام ملتا ہے۔ اس کے مقابلے میں جن لوگوں کے معدے کمزور ہوں اور ان میں باضم رطوبتیں کم مقدار میں بن رہی ہوں انہیں بھوک کم لگتی ہے، کھانے کے بعد پیٹ میں بھڑکی پن کا احساس ہوتا ہے اور تیس بننے لگتی ہے۔ اگر تیس، قبض کی وجہ سے بنے تو اجابت کے بعد مریض سکون محسوس کرتا اور اگر بواسیر اس کا سبب ہے تو اجابت کے وقت تکلیف ہوسکتی ہے اور رفع حاجت کے بعد بھی یہ احساس ہوتا رہتا ہے کہ ابھی فضلہ آٹھوں میں موجود ہے۔

ہمارے جسم کے مختلف اعضا کا دماغ سے رابطہ قائم رکھنے والے بہت سے اعصاب پیٹ سے گزرتے ہیں۔ جب پیٹ میں تیس پیدا ہوتی ہے تو وہ ان اعصاب پر بھی دباؤ ڈالتی ہے اور اسی دباؤ کے رد عمل

کے طور پر جسم کے کسی دوسرے حصے میں درد ہونے لگتا ہے۔ ان حصوں میں کوئی خرابی نہیں ہوتی۔ اسی طرح پیٹ سے گزرنے والی خون کی بڑی رگوں پر ڈائے فرام (وہ درد جو پیٹ اور سینے کو علیحدہ علیحدہ حصوں میں تقسیم کرتا ہے) جب تیس کا دباؤ پڑتا ہے تو قلب کا فعل متاثر ہوتا ہے اور گھبراہٹ، وحشت یا اختلاج کی سی کیفیت پیدا ہو جاتی ہے جو بلند پریشی پر بھی اثر انداز ہوتی ہے۔

علاج

کھانے کے دوران زیادہ گفتگو نہ کی جائے۔ وقت مقررہ پر کھانا کھایا جائے۔ تیزابیت معدہ کے مریض دو کھانوں کے درمیان کوئی ہلکی چیز مثلاً کیلا، کھیر یا دودھ لے سکتے ہیں۔ کھانے کے فوراً بعد زیادہ پانی نہیں پینا چاہیے۔ بھرپور نیند اور ذہنی سکون پر بھی توجہ دی جائے۔

اگر معدے میں تیزابیت بڑھ جانے کی وجہ سے تیس پیدا ہو رہی ہے تو غذا میں مرچ مسالے اور گوشت کی مقدار کم کر دیں۔ ایک آسان اور خوش ذائقہ نسخہ یہ ہے کہ سوئف کو صاف کر کے توبے پر رکھ کر ہلکا بھون لیں اور اسے پیس کر اس میں برابر مقدار میں چینی پیس کر ملا لیں۔ اسے صاف اور خشک بوتل میں محفوظ کر لیجیے۔ دوپہر اور رات کے کھانے کے بعد چائے کا ایک گچ پانی کے ساتھ کھالیا جائے۔ یہ ایسی دوا ہے جو ہر طرح کی تیس اور بد ہضمی میں استعمال کرائی جاسکتی ہے۔ بچوں کے لیے بھی مفید ہے۔ بلند پریشی کے مریض بھی اسے بلا کھٹکے استعمال کر سکتے ہیں کیونکہ اس میں نمکیات نہیں ہیں۔

دیکھنا کہ کتنا مفید

AZEEMI



ہما خرم

ہما خرم کے لئے
ڈاکٹر دلاور علی شاہ

تیس اور بدہضمی کی تکلیف میں شہید
قدرتی اجزاء پر مشتمل بہترین

قریبی و جزیل و صیقلی اسٹور سے طلب فرمائیں

عظیمی لہر ٹریڈ، کراچی پاکستان

اگر معدے کی تیزابیت نے بڑھ کر زخم کی شکل اختیار کر لی ہے اور خالی پیٹ رہنے کی صورت میں جن کے ساتھ درد بھی ہونے لگا تو ملیٹھی کا بہت باریک سفوف اور اس کے برابر اسپنول کو بھوسی ملا کر رکھ لی جائے اور کھانے کا ایک چمچ ایک پیالی پانی میں ملا کر دوپہر اور رات کے کھانوں سے دس منٹ قبل پی لیا جائے۔

معدے کی کمزوری اور ہاضمہ رطوبات کی کمی اگر گیس کا سبب بن رہی ہے تو ہاضمے کی ٹکیاں استعمال کرنی چاہئیں۔

اگر جگر کی کمزوری سے تیس کی شکایت ہے تو شربت انار، کھانے کے دو چمچ یا جوارش انارین آدھا چائے کا چمچ، پانی کے ساتھ طعام کے بعد لے لیں۔ قبض کی وجہ سے گیس کی شکایت ہو تو رات سونے سے قبل ثابت اسپنول کا ایک چمچ پانی میں ملا کر لے لیا جائے یا ہلکا سیاہ باریک کر کے کھانے کا ایک چمچ سوتے وقت، نیم گرم پانی کے ساتھ لے لیں۔ مریضوں کو انجیر، منقہ، پپتہ، امرود اور انگور استعمال کرتے رہنا چاہیے۔

گیس، بد ہضمی، بھوک کی کمی میں درج ذیل نسخہ مفید ہے۔

اجوائن 125 گرام، کلوچی 125 گرام لے کر ایک پیالے میں ڈالیں اب لیموں کا رس اتنا ڈالیں کہ ادویات لیموں کے رس میں ڈوب جائیں۔ تین چار دن تک پیالے میں رہنے کے بعد سائے میں خشک کر لیں تین تین گرام دوپہر اور رات کھانے سے پہلے لیں۔





جب ہم کسی مرض میں مبتلا ہو جاتے ہیں تو اس کے علاج کے لیے کئی ادویات اور کبھی اسٹینڈیوٹک کا بھی بے دریغ استعمال کرتے ہیں۔ اگر تھوڑی سی احتیاط سے کام لیا جائے تو بہت سے امراض سے محفوظ رہا جاسکتا ہے، بیمار ہونے کی صورت میں کئی عام امراض کا آسان علاج ہمارے ہیکن میں بھی موجود ہے۔ لیکن ہمارا مشافخانہ بھی ہے۔ یہاں ہم ایسے چھ طبی مسائل کا ذکر کریں گے جن کا حل آپ کے ہیکن میں بھی موجود ہے۔

قبض کا سب سے بڑا سبب غلط غذاؤں کا استعمال اور غلط طرز زندگی ہے۔ کھانے کی تمام اشیاء میں، جب وہ اپنی قدرتی حالت میں ہوں، فالتو مادوں (Roughage) کا اچھا خاصا تناسب موجود ہوتا ہے، یہ مادے غذاؤں میں فطری توازن کو برقرار رکھنے کے لیے ہوتے ہیں اور انتڑیوں کو حرکت دینے میں بھی مددگار ہوتے ہیں۔ اسی حرکت کی بدولت خوراک معدے کی نالی میں سفر کرتی ہے۔ ہم جو غذائیں استعمال کرتے ہیں ان میں سے بیشتر میں یہ فالتو مادے کم مقدار میں ہوتے ہیں۔ اس مقدار کی

قبض ایک عام عارضہ ہے۔ شاید یہی وجہ ہے کہ لوگ اسے زیادہ اہمیت نہیں دیتے اور کسی معالج سے مشورہ کیے بغیر چلتے پھرتے اس کا علاج کر لیتے ہیں حالانکہ ماہرین نے قبض کو "ام الامراض" کا نام دیا ہے یعنی "بیماریوں کی ماں" اور حقیقت ہے کہ تنہا یہی ایک عارضہ بہت سے امراض کو دعوت دینے کا باعث بن جاتا ہے۔ ان میں جگر کی خرابی، خون کے سرخ ذرات کی ٹوٹ پھوٹ، طبیعت کی سستی، حافظہ کی کمزوری، سر درد اور بعض دماغی امراض شامل ہیں۔

کی ہی قبض پیدا کرنے اور اسے برقرار رہنے میں مدد دیتی ہے۔ اس کی وجہ سے ہم دائمی قبض کے مریض بنے رہتے ہیں۔

وٹامنز اور منرلز کا تناسب کم رکھنے والا ہارمونک پسا ہوا آنا اور مریض غذا میں کھانا، کم پانی پینا، گوشت زیادہ مقدار میں کھانا، زیادہ پتی والی چائے اور کافی کا استعمال، نوالوں کو اچھی طرح نہ چبانا، خوب پیٹ بھر کر کھانا، غذاؤں کا غلط استخراج اور کھانے پینے کے اوقات میں بے قاعدگی یہ سب چیزیں آنتوں کی کارکردگی کو خراب کرنے کا باعث بنتی ہیں۔ اس کارکردگی کو نقصان پہنچانے والی دیگر باتیں یہ ہیں۔

اجابت کے اوقات میں بے قاعدگی، جلاب زیادہ لینا، پیٹ کے عضلات کا کمزور ہونا (جو پیشے رہنے یا نقل و حرکت کم ہونے کی وجہ سے ہوتا ہے) اور جذباتی اور ذہنی دباؤ زیادہ ہونا۔ یہ سب باتیں بھی قبض کا باعث بن جاتی ہیں جن میں نیومرز (رسولیاں) جگر کے فعل کی سستی، کافی آنت کا ورد، آنتوں کا تشنج، تیزابیت، مقعد کی بیماریاں، دانتوں کی تکالیف، پیشاب کی بیماریاں، شوگر کا مرض، بعض بیماریوں کے لیے استعمال کی جانے والی دواؤں کے زہریلے اثرات، ریڑھ کی ہڈی کے نچلے حصے کی غیر معمولی حالت اور مٹانے کے غدود بڑھ جانا شامل ہے۔ ذیل میں قبض سے نجات کے لیے مفید نسخے دیے جا رہے ہیں۔

♦.... 250 گرام کچی گاجر اچھی طرح چبا چار روزانہ بھوکے پیٹ کھائیں، اس سے قبض دور ہو گا اور بھوک اچھی لگے گی۔

♦.... لیموں کا رس گرم پانی کے ساتھ رات کو لینے

سے اجابت کھل کر آتی ہے۔ بارہ گرام لیموں کا رس، اور بارہ گرام شکر ایک گلاس میں ملا کر رات کو پینے سے کچھ ہی دنوں میں قبض کی پرانی سے پرانی شکایت دور ہو جاتی ہے۔

♦.... صبح ناشتے میں نارنگی کا رس کئی دنوں تک پیتے رہنے سے قبض دور ہو جاتا ہے اس سے قوت انہضام میں بھی اضافہ ہوتا ہے۔

♦.... میتھی کے پتوں کی سبزی کھانے سے قبض دور ہوتا ہے۔

♦.... سوتے وقت آدھا چمچ مٹی ہوئی سونف گرم پانی کے ساتھ لینے سے قبض میں فائدہ ہوتا ہے۔

♦.... رات کو ایک چمچ پسا ہوا آنولہ گرم پانی یا گرم دودھ کے ساتھ لینے سے قبض نہیں رہتا۔ آنتیں اور پیٹ صاف رہتے ہیں۔

♦.... گرم دودھ کے ساتھ دو چمچ گلاب کا گھنڈ یا اسپنول کا چھلکارات کو لینے سے قبض دور ہوتا ہے۔

♦.... دائمی قبض ہو، تو پختہ انجیر کھائیں، یا پانچ خشک انجیر دودھ میں ابال کر رات کو سوتے وقت لیں۔

♦.... ایک گلاس گرم پانی (جتنا گرم بیا جاسکے) کھانا کھانے کے بعد لگا کر پیتے رہنے سے قبض دور ہوتا ہے۔ جنہیں قبض کی شکایت ہو، انہیں کھانے کے ساتھ گھونٹ گھونٹ پانی پیتے رہنا چاہیے۔ صبح اٹھتے ہی ایک گلاس پانی پیئیں۔

♦.... باسٹھ گرام تل کوٹ کر اور چینی ملا کر کھانے سے قبض دور ہوتا ہے، تل، چاول اور مونگ کی دال کی کھجڑی بھی قبض دور کرتا ہے۔



شکایت کا نمونہ

156

Copied From Web

اشرف باجی کے ٹوٹکے



ٹوٹکوں کا استعمال دنیا بھر میں عام ہے۔ ٹوٹکوں سے مرد بھی فائدہ اٹھاتے ہیں اور خواتین بھی.... تاہم امور خانہ داری میں ٹوٹکوں کی ضرورت زیادہ پڑتی ہے۔ خانہ داری چونکہ خواتین کا شعبہ سمجھا جاتا ہے اس لیے ٹوٹکوں کا استعمال بھی خواتین زیادہ کرتی ہیں۔



محترمہ اشرف سلطانہ برہنہ سہارس سے مرکزی مراقبہ ہال میں خدمت خلق کے پروگرام سے وابستہ ہیں۔ خاص و عام میں اشرف باجی کے نام سے معروف ہیں۔ آپ ایک کویفائیڈ طبیہ بھی ہیں۔ اگر آپ بھی اپنی آزمودہ کوئی ترکیب قارئین کو بتانا چاہیں تو روحانی ڈائجسٹ کی معرفت اشرف باجی کو لکھ بھیجئے۔

ایک دم تازہ، نخت اور نذیذ بننے کی اس طرح رکھنے سے مچھلی، مچھلیوں تازہ رہتی ہے۔

پانے کی بدبو سے نجات

اکثر لوگ پائے کی بدبو کی وجہ سے اسے پکانے سے کتراتے ہیں۔ اگر پائے پکاتے وقت اس میں تھوڑا سا سفید زیرہ، دار چینی اور لونگیں ڈال دی جائیں تو گھر میں ناگوار مہک نہیں آئے گی اور پائے بھی مزیدار بنیں گے۔

ٹماٹر کا سوپ

ٹماٹر کے سوپ میں ایک چمچ پیسا ہوا پودینہ ڈال

ذائقے دار پکڑے

پکڑے بناتے وقت اگر تھوڑا سا لہسن پیس کر مین میں ڈال دیں تو ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا اور بھاری پن بھی نہیں رہے گا۔

مچھلی بھیتوں تازہ رکھنا

مچھلی کو بہت دیر تک تازہ رکھنے کے لیے اس کو اچھی طرح دھو کر اس میں حسب ضرورت پیسا ہوا نمک، پیسا ہوا دھنیا، لہسی ہوئی ہلدی ملا کر برتن میں رکھ کر فریج میں جمادیں۔

جب پکائی ہو تو اچھی طرح سے دھو کر پکائیں

دیا جائے تو ذائقہ بہتر ہوگا اور سوپ بھی خوشبودار بنے گا۔

لوکھی کا حلوہ

لاکھی کا حلوہ بنانے وقت اس کو کھی میں بھونے کے بجائے تازہ کریم میں بھونیں گے تو حلوہ لذیذ بنے گا۔

لذیذ گلاب جامن بنانا

گلاب جامن بناتے وقت ان کے اندر ایک ایک منقہ رکھ دیا جائے تو گلاب جامن بہت پھولیں گے اور ذائقہ بھی اچھا ہو جائے گا۔

فرنیچر کے سفید داغ دور کرنا

اکثر فرنیچر پر پانی گرنے سے سفید سے نشان پڑ جاتے ہیں ان کو دور کرنے کے لیے ویسلین آہستہ آہستہ لیں۔

بھڑوں کے چھتے ختم کرنا

لبس اور گندھک کی دھونی دینے سے بھڑ مر جاتے ہیں۔

اگر ان کے چھتوں کو ختم کرنا ہو تو مٹی کا تیل یا سرکہ ڈال دیا جائے۔

چیونٹیاں بھگانا

چیونٹیوں کو بھگانے کے لیے وہاں پتنگ یا بلدی رکھ دیں تو چیونٹیاں خود ہی چلی جائیں گی۔

مٹر کے دانے جلد گلانا

مٹر کے دانے جلد گلانے کے لیے دانوں کو پانی میں بھگو کر ساتھ ہی تھوڑی سی چینی یا کھانے کا سوڈا اور پودینہ کی چند چٹیاں ملا کر پکائیں۔ اس طرح مٹر کے دانے جلد گل جائیں گے اور ان کا رنگ بھی ہرا ہی رہے گا۔

چقندر زیادہ عرصہ

تک محفوظ رکھنا

چقندر کو کسی تھیل میں روٹی کے ساتھ اس طرح رکھیں کہ آپس میں ملنے نہ پائیں اس طرح چقندر زیادہ عرصے تک تازہ رہیں گے۔

مسالہ اچھا بنانا

گوشت اچھا پکانے کے لیے مسالے میں تھوڑا سا آنا ملا لیں۔

پکے ہوئے کوفتے نہ ٹوٹیں

کوٹے پکاتے وقت گچ سے ہلانے کی بجائے دھکی کو حرکت دیں اس طرح کوٹے ٹوٹنے سے محفوظ رہیں گے۔

گوشت جلد گلانا

پکتے ہوئے گوشت میں ذرا سی میٹھی چینی یا چھالی ڈال دیں۔ ایک کلو گوشت کے لیے ایک چھالی کافی ہے۔

لیموں سے پورا رس نکالنا

لیموں سے پورا رس نکالنے کے لیے اسے پہلے گرم پانی میں ڈبو کر پھر کاٹیں۔

کبھی نہ مرجھانے والے

پھولوں کا گلستان

تھوڑے سے سدا بہار کے بیج لیں۔ انہیں کسی گیلے میں بویں۔ جب پودا چار انچ ہو جائے تو بڑی حفاظت سے خوبصورت گلدان میں منتقل کر دیں۔ یہ پھول مختلف رنگوں میں ہوں گے اور ان کا کسی بھی موسم میں مرجھانے کا امکان نہیں ہے۔ سدا بہار کے بیج زمرنی یا دکان سے حاصل کریں۔



پاکستانی سائنس دان

جسم کے عجائبات



انسانی جسم بظاہر ایک سادہ سی چیز ہے مگر اس کے اندر ایک کائنات چھپی ہوئی ہے۔ یوں تو پورا جسم ایک قدرتی نظام کا پابند ہے مگر ہر عضو کا ایک اپنا باقاعدہ واضح نظام بھی ہے۔ ہر نظام ایک نہایت ہی حیرت انگیز طریقے سے ایک دوسرے کے ساتھ مربوط ہے۔

”جسم کے عجائبات“ کے عنوان سے محمد علی سید میا صاحب کی تحقیقی کتاب سے انسانی جسم کے اعضاء کی کہانی ان کی اپنی زبان میں قارئین کی دلچسپی کے لیے ہر ماہ شائع کی جا رہی ہے۔

محمد علی سید

میسر اکام یہ ہے کہ مسین انسان کو عارضی طور پر کسی سنپر سنین میں تبدیل کر دوں تاکہ وہ جو کرنا چاہے وہ کر گزرے۔ اپنی بقاء کی جنگ لڑتے ہوئے اگر اس کی ضروریات تیزی سے بڑھ رہی ہوں تو مسین ان کا انتظام پہلے ہی کر چکا ہوتا ہوں!

کے لیے اسے کئی ایکڑ زمین پر بہت بڑا پلانٹ لگانا پڑے گا۔ اسٹاف، مابین اور آلات کی ایک لمبی فہرست تیار کرنا ہوگی۔

میں جو بارہ سو نو روزانہ تیار کرتا ہوں ان کی مقدار ایکٹ اوٹس کے ہزار ہیں جسے نکھڑا کر جوتی ہے لیکن یہ پر اسرار ہارمونز آپ کی زندگی کے تمام کاموں میں مرکوزی کرتے ہیں اور ہرگز نہیں ہٹتے۔

میں آپ کا ایڈرنل گینڈ (غدد) ہوں اور آپ کے دائیں گردے کے اوپر گھڑ دوڑ کے کسی جوتی کی طرح سوار رہتا ہوں۔ سیر ہو سہرنا تھی اسی طرح

(گزشتہ سے پوسٹ)

جادوئی طاقت ایڈرنل گینڈز

ایڈرنل گینڈز کی کہانی خود اس کی رہائی میری شکل کسی ٹکڑے سے مشابہ ہے اور صحت انگلی کے سرخنے کے برابر۔ وزن کا اندازہ آپ خود کر سکتے ہیں۔ اس مختصر سے وجود میں اتنے بڑے بڑے بہت سی حیات آفریں صلاحیتیں عطا کی جتنی ہیں۔ پنا کے لیے چچاں بارہ موان تیار کرنے کا ذمہ سوار ہے۔ ان بارہ موان کو اگر انسان تیار کرے چاہے تو اس



2015

Copied From Web



آپ کے بائیں گردے پر موجود ہے۔ آپ کی زندگی کی دوڑ میں ہم دونوں بے حد اہم کردار ادا کرتے ہیں۔

میرے وجود کا ہر حصہ حیران کن صلاحیتوں سے بھرا ہوا ہے۔ اس معاملے میں جسم کا شاید ہی کوئی دوسرا عضو میرا مقابلہ کر سکے۔ میں انسان کو بڑی بڑی مصیبتوں میں مبتلا کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔ میں انسان کو معذور بنا سکتا ہوں، اسے بیمار ڈال سکتا ہوں، اسے پاگل خانے بھیج سکتا ہوں، حتیٰ کہ اسے موت کے گھاٹ اتارنے کی صلاحیت بھی مجھ میں موجود ہے لیکن میں نے آپ کے ساتھ کبھی ایسا سلوک نہیں کیا۔ اس کے برعکس میں نے ہمیشہ آپ کو بہت سی مصیبتوں سے دور رکھا ہے۔ شاید یہی سبب ہے کہ آپ میرے وجود تک سے نا آشنا ہیں۔ انسان کی عادت ہے کہ وہ اپنی جسمانی نعمتوں کی قدر اس وقت تک نہیں کرتا جب تک کہ تکلیف میں مبتلا نہ ہو جائے یا کوئی نعمت اس سے واپس نہ لے لی جائے!

میرا وجود آپ کی زندگی کے لیے ناگزیر اور آپ کے لیے آپ کے پیدا کرنے والے اللہ رب العالمین کی طرف سے ایک عظیم تحفہ ہے۔ جس کی قدر و قیمت کا اندازہ شاید آپ میری کہانی سننے کے بعد کسی قدر لگا سکیں۔

لوگ سمجھتے ہیں کہ اگر دل و حزر کتا بند کر دے، گردے خراب ہو جائیں تو موت واقع ہو سکتی ہے۔ یہ سچ ہے لیکن یہ بھی ایک حقیقت ہے کہ مجھے اور میرے ساتھی غدد و کو جسم سے نکال دیا جائے یا ہماری کارکردگی ختم ہو جائے تو انسان کی منزل صرف قبرستان ہی رہ جاتی ہے۔ ایسے میں ڈاکٹر صاحبان زیادہ

سے زیادہ یہ کر سکتے ہیں کہ مریض کو مصنوعی طریقے سے ہارمونز استعمال کرائیں اور موت کے قدموں کی آہٹ کو دھم کر دیں۔

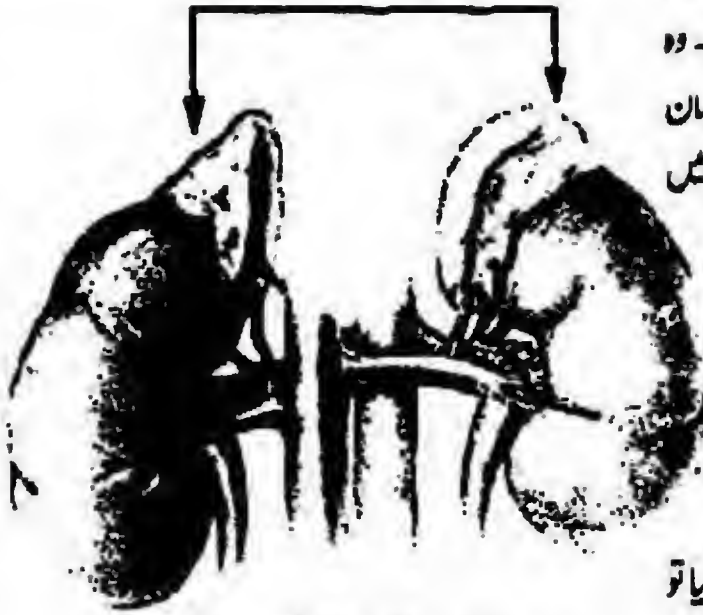
اگر ہماری کارکردگی میں ست رفتاری پیدا ہو جائے تو انسان کی زندگی کا چراغ بجھنے کے قریب ہو جاتا ہے۔ ایسے میں انسان جلد ہی ہڈیوں کے ڈھانچے میں تبدیل ہو جائے گا۔

آپ کے لڑکپن کے دنوں میں اگر میری کارکردگی اعتدال سے تجاوز کر جاتی تو آپ کی زندگی ایسی خوبصورت نہ دہتی جس قدر حسین آج ہے۔ ایک نو دس سال کے بچے کے زندگی میں اگر ایسا الیہ رونما ہو جاتی تو نتائج انتہائی اذیت ناک ہوتے ہیں۔ میری بے اعتدالی کے سبب وہ معصوم بچہ اس عمر میں ایک چھوٹے سے مکمل آدمی میں تبدیل ہو سکتا تھا۔ اس کی آواز بھاری ہو جاتی، رخسار داڑھی سے بھر جاتے۔ اس کے اعضاء ایک بالغ انسان کے اعضاء میں تبدیل ہو جاتے۔ ہڈیوں کے سرے جو ایک خاص عمر تک بڑھتے رہتے ہیں، ان میں مزید نشوونما کی صلاحیتیں ختم ہو جاتیں اور وہ معصوم، پھول ایسا بچہ ہمیشہ کے لیے ایک بد ہیبت یونے میں تبدیل ہو جاتا۔ اس کی زندگی کی مشکلات کا آپ اندازہ کر سکتے ہیں!

آپ زندگی کے ان دنوں میں اس خطرے سے محفوظ رہے اور آج ایک نارمل، صحت مند اور پرسکون زندگی گزار رہے ہیں تو اس کا سبب میری اور میرے ساتھی کی وہ خدمات ہیں جن سے ایک عام آدمی ہمیشہ لاعلم ہی رہتا ہے اور جسے علم ہوتا ہے وہ بھی شکر کی جانب متوجہ نہیں ہوتا۔ وہ ہماری ان خدمات کو اپنا حق سمجھتا ہے۔

ڈاکٹر کا بیٹ

Adrenal gland



ہارمونز تیار کرنے کے قابل نہیں رہتا۔

درحقیقت میں ہارمونز کے دو بنیادی سیٹ تیار کرتا ہوں۔ ان میں سے ایک سیٹ میرا اوپری حصہ یعنی میڈولا (Medulla) تیار کرتا ہے اور دوسرا سیٹ میرے اندرونی حصے (Cortex) میں تیار ہوتا ہے۔ میرے اوپری حصے کی ایک انفرادی صلاحیت یہ ہے کہ اس کا تعلق براہ راست دماغ سے ہوتا ہے اسی لیے جب آپ شدید جذباتی دباؤ، اچانک آنے والے غصے یا زبردست خوف میں مبتلا ہوتے ہیں تو اس کی اطلاع میرے اوپری حصے میڈولا کو فوری اور براہ راست موصول ہوتی ہے۔ اس وقت میرے لیے یہ بات واضح نہیں ہوتی کہ ان حالات میں آپ کیا کریں گے....؟ اسی لیے میں دیکر جنسی کاسٹنل پلے ہی آپ کو ہر طرح کے رد عمل اور تمام ممکنہ اقدامات کے لیے تیار کر دیتا ہوں۔ یعنی آپ کو جنگ یا فرار دونوں کے لیے تیار کرنا میری ہی ذمہ داری ہے۔

(حسباری ہے)



ایک طویل عرصے تک ڈاکٹر اور سائنس دان مجھے صرف ایک ”پرسرار غدود“ سمجھتے رہے۔ وہ صرف اتنا جانتے تھے کہ میری عدم موجودگی انسان کو موت کے گھاٹ اتار سکتی ہے۔ انسان کے جسم میں میرا کیا کردار ہے، میں کیا خدمات انجام دیتا ہوں، یہ سب باتیں انہیں معلوم نہیں تھیں۔ پھر ایسا دور آیا کہ کیمیادانوں نے میری گونا گوں صلاحیتوں کو ایک ایک کر کے دریافت کرنا شروع کیا۔ اسی دوران میں جب انہوں نے میرے ”کارٹی زون“ جیسے ہارمونز کو دریافت کیا تو ان کی حیرت کی انتہا نہ رہی۔

عقل کو ششدر کر دینے والا یہ ہارمون جسم سے کم از کم سو سے زیادہ بیماریوں کو دور کرنے کی بھرپور صلاحیت رکھتا ہے۔ بڑی آنت کا السر، تھک اور دے جیسی اذیت ناک بیماریاں بھی انہی میں شامل ہیں۔

میرے اندر خون کی نالیوں کا جس قدر بڑا جال پھیلا ہوا ہے وہ کسی اور عضو میں موجود نہیں۔ ہر پینٹا لیس سیکنڈ کے بعد مجھے میرے وزن سے چھ گنا زیادہ تازہ خون فراہم کیا جاتا ہے۔ میں خون کو اسٹور کرنے کی صلاحیت بھی رکھتا ہوں۔

اگرچہ میرے وجود کا دس فیصد حصہ بھی آپ کے ہارمونز کی ضروریات پوری کرنے کے لیے کافی ہے لیکن اگر میں سکڑ کر دس فیصد کے برابر ہو جاؤں تو انسان شدید دباؤ میں مبتلا ہو سکتا ہے۔ ایسے میں اگر کسی اور وجہ سے بڑے آپریشن کی ضرورت پیش آجائے تو زندگی کے امکانات تقریباً معدوم ہوتے ہیں کیونکہ میرے کارخانوں کی پیداواری استعداد کم ہونے کی وجہ سے میں زندگی بچانے والے اضافی

مارچ 2015ء

سبب الہی

ترجمہ ”ہمارے لیے اللہ کافی ہے اور وہی بہترین کارساز ہے۔“
(سورہ آل عمران: آیت 173)

سراقبہ ہال ملتان
نگران: کنور محمد طارق عظیمی
947/A، ممتاز آباد بی سی جی چوک، ملتان
پوسٹ کوڈ: 60600
فون نمبر: 061-6525331

Copied from web

کیفیات مراقبہ

ترقی یافتہ ممالک میں مراقبہ کے موضوع پر بائیس ہزاروں پر تحقیقی کام شہ دروز جاری ہے۔ جدید سائنسی آلات سے اُتد یکے جانے والے نتائج سے یہ ثابت ہوا ہے کہ مراقبہ سے انسان کو ہر جہت فوائد حاصل ہو سکتے ہیں۔ ان تحقیقی نتائج کے ویش نظر مغرب میں تو مراقبہ کو ایک ٹیکنالوجی کی حیثیت دے دی گئی ہے۔ ان حقیقات سے یہ بات بھی سامنے آئی ہے کہ مراقبہ سے ہماری عام زندگی پر بھی کئی طرح کے خوشگوار اثرات مرتب ہوتے ہیں۔ مراقبہ کے ذریعے کئی جسمانی اور نفسیاتی بیماریوں سے نجات مل سکتی ہے، کارکردگی اور یادداشت میں اضافہ ہوتا ہے اور ذہنی صلاحیتوں کو بڑھاتی ہے۔

ماضی میں مشرق کے اہل روحانیت نے ماورائی علوم کے حصول میں مراقبہ کے ذریعے کامیابیاں حاصل کیں۔ ان صفحات پر ہم مراقبہ کے ذریعہ حاصل ہونے والے مفید اثرات مثلاً ذہنی سکون، پرسکون نیند، بیماریوں کے خلاف قوت مدافعت میں اضافہ وغیرہ کے ساتھ روحانی تربیت کے حوالے سے مراقبہ کے فوائد بھی قارئین کی خدمت میں پیش کرتے ہیں۔ اگر آپ نے مراقبہ کے ذریعے اپنی شخصیت اور ذہنی کیفیت میں مثبت تبدیلی محسوس کی ہے تو صفحات کے ایک طرف تحریر کر کے روحانی ڈائجسٹ کے ایڈیٹر میں پر اپنے نام اور مکمل پتے کے ساتھ ارسال کر دیجیے۔ آپ کی ارسال کردہ کیفیات اس کالم میں شائع ہو سکتی ہیں۔

کیفیات مراقبہ

روحانی ڈائجسٹ 17، D-1 ناظم آباد۔ کراچی 74800



Copy

میرے سینے میں جوا لاؤسلگ رہا تھا اس کی شدت شاید کوئی محسوس کر ہی نہیں سکتا۔ محبت ہر انسان کرتا ہے میں نے بھی کی مگر میری محبت طنز، حیرت اور مذاق کا نشانہ بن گئی۔

وہ جو آنکھیں رکھتے ہیں، مجھے دیکھ کر ہنستے تھے۔ ان میں کچھ تو طنزیہ انداز میں قہقہے بھی لگاتے تھے۔ وہ میرے متعلق بڑی عجیب و غریب کہانیاں سناتے تھے۔ لیکن میں جانتا ہوں کہ وہ کیا کہتے ہیں اور کون سی بات انہیں یوں بے اختیار قہقہے لگانے پر مجبور کرتی تھی۔

ان کے مجھ پر ہنسنے کی ایک وجہ یہ بھی تھی کہ میں ایک لڑکی سے محبت کرتا تھا۔ اس سے بڑھ کر یہ کہ میں نے اس سے شادی کر لی۔

میں پہلے محبوب اور پھر شوہر کیسے بنا....؟ یہی ایک کہانی ہے جس نے لوگوں کو میرا مذاق اڑانے کا موقع فراہم کیا۔ اگر آپ میری اس خوشگوار زندگی کے بارے میں کچھ جانتے کی ضرورت محسوس کریں گے، تو وہ آپ سے میری طرف دیکھنے کو کہیں گے.... اچھا! ٹھیک ہے میں آپ کے سامنے کھڑا ہوتا ہوں۔ آپ خود دیکھیں مجھ میں ایسی کون سی عجیب بات ہے۔ آخر کار میں ایک انسان ہوں۔ لیجیے میں بتاتا ہوں!

ٹانگیں غیر متناسب۔ میرا بڑا سر میری بد صورتی میں ایک اور اضافہ ہے۔ چہرے پر دو گہرے گڑھے ہیں جن میں دو گولی گول آنکھیں بڑی عجیب سی لگ رہی ہیں۔ موٹی بھد سی ناک اور لمبے لمبے دو کانوں کے درمیان تنگ سی پیشانی۔ بارہ برس کی عمر میں چچک

نقلی۔ تو چہرے پر کچھ اور نقش و نگار بن گئے۔ بچپن میں گر پڑا، تو دائیں ٹانگ سے لنگڑا ہو گیا.... ہاں! میں واقعی بد صورتی کا مرتع ہوں۔ ایک مرتبہ سڑک کے ساتھ ساتھ چلتے ہوئے میں نے ایک آدمی کو کہتے سنا تھا۔ ”یہ آدمی مجھے کسی کپڑے کی یاد دلاتا ہے۔“ حالانکہ میری پشت پر کوہان نہیں ہے۔ پھر بھی میں نے کبھی اس طنز پر احتجاج نہیں کیا۔

میں راہ چلتی عورتوں کو دیکھ کر چھوٹی موٹی کے بچوں کی طرح سکتا جاتا تھا۔ وجہ یہ تھی کہ وہ مجھ پر نگاہ پڑتے ہی نفرت سے منہ پھیر لیتی تھیں.... اور جب وہ مجھے انسان تسلیم کرنے اور میرے احساسات کی قدر کرنے سے انکار کر دیتی تو مجھے لہنی بے بسی اور کم ہمتی کا احساس ہوتا تھا۔

میرے والد میرے ہوش سنبھالنے سے قبل ہی انتقال کر گئے اور اب گھر میں صرف میری بوڑھی ماں ہے۔

میری اس کیفیت میں دراشت کا کتنا عمل دخل ہے....؟ میری اس کریمہ اور بے ذہب تخلیق کا کون ذمہ دار ہے....؟ میرا باپ....؟ میری ماں....؟ نہیں! میں کسی کو الزام نہیں دے سکتا۔ میں انہیں کیوں الزام دوں....؟ میں پیدا ہوا تھا۔ اگر انہیں خبر ہوتی کہ ان کا بچہ ایسا ہو گا، تو وہ شاید میری کبھی متناہ کرتے۔

میں جیسا بھی تھا، میری ماں کی خواہش تھی کہ یہ درخت تناور ہو اور اس کی شاخیں پھلیں پھولیں۔ ایک دن اس نے مجھ سے کہا۔

”بیٹے! کیا تم ایک عیاری سی دلہن گھر

رہنما

نہیں لاؤ گے۔۔۔؟“

میں نے جھنجھکے ہوئے کہا۔ ”ہاں، ماں! یقیناً میرے لیے دلہن تو آپ ہی ڈھونڈ کر لائیں گی۔“
میں روانی میں ماں سے یہ بات تو کہہ گیا مگر سوچنے لگا کہ ماں کی خواہش کیسے پوری ہوگی۔ مجھ سے کون شادی کرے گا۔

میری رضامندی پر ماں نے بہو گھر میں لانے کی کوششیں تیز کر دیں۔ ہمارے دور کے عزیزوں میں ایک اندھی لڑکی تھی۔ ماں کی بہو لانے کی خواہش پر خاندان کی خواتین نے مشورہ دیا کہ اس اندھی لڑکی سے میری شادی کر دی جائے۔ مگر ماں نہیں مان رہی تھی۔ لوگوں کے اصرار پر میری ملاقات لیلا سے کروائی گئی۔ میں اعتماد میں کی اور احساس محرومی کا مارا ہوا انسان لیلا سے صرف یہ پوچھ لگا کہ کیا تم نے میری بد صورتی کا تذکرہ سنا ہے۔ وہ بولی ہاں۔ میں نے کہا تم پھر بھی مجھ سے شادی کرنے پر تیار ہوں۔ وہ بولی اصل میں انسان کا تن نہیں من اجلا ہونا چاہیے میں نے جتنا تمہارے بارے میں سنا ہے اس سے اندازہ ہوتا ہے کہ تم اپنی شکل و صورت سے پریشان نہیں ہو بلکہ لوگوں کے طنزیہ تیر تمہیں گھناہل کر رہے ہیں۔ یہ ہی حال میرا بھی ہے۔ مجھے لیلا کی باتیں اچھی لگیں۔ ماں نے نہ چاہتے ہوئے بھی میری شادی لیلا سے کر دی۔ لیلا بہت صابر و شاکر لڑکی ہے مگر زندگی کی گاڑی میرے شکر سے تھوڑی چلتی ہے۔ اب مجھے گھر چلانے کے لیے وسائل کی ضرورت تھی۔ اعتماد اور یکسوئی کی کمی کی وجہ سے ہر جگہ ناکامی کا منہ دیکھنا پڑتا تھا۔ اب مجھے اپنی بد صورتی سے زیادہ اپنے

نفسیاتی مسائل کا ادراک ہوا جو کہ مجھے پریشان کر رہے تھے مگر ان مسائل سے نکلنے کی صورت دکھائی نہیں دے رہی تھی۔ میری بیوی لیلا مایوسی میں میرا حوصلہ بڑھایا کرتی۔ اس نے اپنے والد سے بھی میری پریشانی کے متعلق بات کی تھی۔

ایک روز لیلا کے والد مجھے ایک دوست کے پاس لے گئے جو کہ ایک ہیلتھ کارا اور چارہ بے تھے۔ میں نے انہیں سلام کیا تو یوں محسوس ہوا کہ ہال میں موجود تمام لوگ مجھے دیکھ کر طنزیہ مسکرا رہے ہیں۔ میں پسینے میں بھیگ گیا۔ نظریں فرش میں گڑی ہوئی تھیں۔
والد کے دوست نے میری خاموشی کو توڑتے ہوئے کہا بیٹا! میں آپ کی تمام روادار سن چکا ہوں۔ آپ مایوس مت ہوں۔ انسان اپنے جسم سے پہچانا جاتا ہے مگر اس کی پہچان اس کا من کر داتا ہے۔ یعنی ذہنی صلاحیتیں اور اعتماد۔ جب آپ میں ذہنی صلاحیتیں بیدار ہوں گی تو لوگ آپ کے قد کاٹھ کے بجائے آپ کی صلاحیتوں کا ذکر کریں گے۔

میں نے ہکلاتے ہوئے کہا۔ میں کتنی بھی کوشش کروں مگر میرے کام پر میرا یہ بے ڈھب جسم غالب آجاتا ہے۔ کسی چیز پر توجہ مرکوز نہیں رکھ پاتا۔ لوگوں کا سامنا کرتے ہوئے مشکل ہوتی ہے۔ گھر سے نکلتے ہوئے طنزیہ تیر میرے ہمسفر ہوتے ہیں اور واپسی میں گھر تک میرا پیچھا کرتے ہیں۔ والد صاحب (سر) کے دوست انتہائی شفقت سے بولے۔ بیٹا دنیا میں ایسے لاکھوں لوگ ہیں جنہوں نے اپنی صلاحیتوں کے بل بوتے پر نام کمایا۔ آپ بھی لوگوں میں اپنا نام پیدا کر سکتے ہو۔ صرف اپنی

مراقبہ میں پہلے بھی کر چکا ہوں مگر وقت کے زیاں کے سوا کچھ حاصل نہ ہوا۔ انہوں نے کہا دیکھو.....! ہر عمل کو کرنے کے کچھ اصول ہوا کرتے ہیں۔ بعض اوقات ہم کوئی کام کرتے ہیں تو اس کا نتیجہ فوراً چاہتے ہیں اور اس کام کے اصولوں کو فراموش کر دیتے ہیں۔ مراقبہ سے بہتر نتیجہ حاصل کرنے کے لیے بھی یکسوئی، صبر اور برداشت کا ہونا بہت ضروری ہے۔ انہوں نے مجھے مراقبہ کے اصول بتائے اور طریقہ ذہن نشین کروایا۔

اس مرتبہ مراقبہ سے بہت سے فوائد کی امید تھی مگر ذہن میں یہ ہی تھا کہ فوراً فوائد حاصل ہو جائیں جو نہیں ہوئے۔ ایک، دو تین یہاں تک کے کئی دن گزر گئے۔ مگر کوئی کیفیت ظاہر نہ ہوئی۔ اس دوران میں نے کئی بار میں ہیلتھ سینٹر کے ٹیچر سے بھی رابطہ کیا انہوں نے کئی مفید مشوروں سے نوازا اور دعا کے ساتھ حوصلہ افزائی بھی کی۔

ایک روز مراقبہ میں کانوں میں شور کی آواز سنائی دی۔ شور بند ہونے لگا اور اس حد تک بلند ہوا کہ سر پھٹتا ہوا محسوس ہوا۔

ایک روز مراقبہ میں بیٹھا تو دور سائے نظر آنے لگے۔ یہ سائے آہستہ آہستہ قریب آنے لگے۔ یہ چھوٹے چھوٹے قد کے بہت سے لوگ تھے اور کسی انجانی زبان میں گفتگو کر رہے تھے۔ ان کی گفتگو سے اندازہ یہ ہو رہا تھا کہ ان کو تمام باتوں کا محور میں ہوں۔ زندگی میں زیادہ تر خوف، پریشانی اور ڈر سے گزارا ہوں۔ لہذا ہر چیز میں پہلے خوف اور ڈر آتا ہے۔

مراقبہ کا نتیجہ

ملاحیتوں کے بل بوتے پر.... اسی کے لیے مجھے کیا کرنا ہو گا....؟ میں نے ڈرتے ڈرتے سوال کیا۔

بیٹا! سب سے پہلے تو اپنی ذہنی کیفیت میں ٹھہراؤ لاؤ پھر ذہن کو یکسو کرو۔

کامیابی کے اسباب میں سے ایک اہم سبب یکسوئی Concentration ہے۔ فکر کو ایک ہی نقطہ کی طرف لگائے رکھنے کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ تمام ذہنی صلاحیتیں ایک ہی طرف متوجہ رہتی ہیں جس کے مقابلے میں سخت سے سخت رکاوٹ بھی اکٹڑ جاتی ہے۔

کامیابی حاصل کرنے میں یکسوئی کا وہی کردار ہے جو کسی بوجھ کو اٹھانے میں "لیور" کا ہوتا ہے۔ لیور کا اصول یہ ہے کہ طاقتیں ایک نقطے پر جمع ہو جاتی ہیں اور "لیور" ایک مناسب زور لگا کر بڑے اور بھاری جسم کو آسانی اور پر اٹھا لیتا ہے۔ اسی طرح فکر کو ایک ہی محور پر مرکوز کرنے سے بہت سی مشکلات دور ہو جاتی ہیں۔

ہمارے ذہن اور جسم کی کارکردگی بارش کے قطروں کی طرح سے ہے کہ اگر ایک نقطہ پر جمع ہو جائیں تو چھوٹے سمندر کی شکل اختیار کر سکتے ہیں لیکن اگر منتشر اور پراکندہ ہو جائیں تو زمین میں غائب ہو جاتے ہیں۔

مگر ذہن یکسو ہو گا کیسے اور اس سے فائدہ کیا ہو گا....؟ میں نے حیرت اور تعجب سے پوچھا۔

بیٹا! میں نے اپنے تجربے سے یہ چیز اخذ کی ہے کہ یکسوئی اور ذہنی صلاحیتوں کو اجاگر کرنے کے لیے مراقبہ سے بہتر اور کوئی عمل نہیں۔ میں نے فوراً کب

ہوتی۔ اپنی صلاحیتوں کا ادراک ہونے لگا ہے۔

قیم کی حوصلہ افزائی کی وجہ سے آفس کے بعد پڑھائی کا سلسلہ بھی شروع کر رہا ہوں۔

مجھے اپنی لائف پارٹنر سے بہت زیادہ حوصلہ ملا ہے۔ وہ پرانی سے محروم ہونے کے باوجود اپنی اور میری زندگی میں خوشیوں کی تلاش رہتی ہیں۔



ایسے تمام خواتین : حضرات اور خصوصاً



بیرون ممالک کے کارکنین کرام جنہیں ای میل کی سہولت

حاصل ہے۔ وہ روحانی تک رائز زکلب، قند سخن، بچوں کا روحانی ڈائجسٹ، سائنس کارنر Q&A، روحانی سوال و جواب، روحانی ڈاک، مہفل مراقبہ اور استفسارات کے لیے اپنے خطوط اور تجاویز، افق سے متعلق تحریریں، مضامین، رپورٹس، ڈوکیومنٹس، تصاویر اور دیگر فائلوں کی اپلوڈ اپنی ای میل کے ساتھ درج ذیل ایڈریسز پر انجے کر کے ارسال کر سکتے ہیں۔

roohanidigest@yahoo.com

اپنی ہر ای میل کے ساتھ اپنا نام، شہر اور ملک کا نام ضرور تحریر کریں۔

سرکولیشن سے متعلق استفسارات کے ساتھ اپنا رجسٹریشن نمبر لازماً تحریر کریں۔

یعنی خواب و خیال میں بھی خوف اور ڈر بیٹھا ہوا ہے۔ مراقبہ کے دوران بھی خوف محسوس ہوا کرتا تھا۔

ایک روز مراقبہ میں دیکھا۔ بہت بڑا میدان ہے۔ میدان پر انتہائی سلیقے سے گہری ہز گھاس اگائی گئی ہے میں نیچے پاؤں گھاس پر چل رہا ہوں صبح کا وقت ہے۔ ننھے شبنم کے قطرے حوروں سے لپٹ کر ذہن کو سکون پہنچا رہے ہیں۔

ایک روز مراقبہ میں خود کو بڑے بڑے درختوں کے درمیان پایا۔ درختوں پر رنگ برنگی پرندے اپنی سرلی آواز میں گارے ہیں اور اچھل کود کر رہے ہیں۔ ایک روز مراقبہ میں دیکھا کہ فضا گہرے بادلوں سے ڈھکی ہوئی ہے۔ کچھ دیر میں بارش شروع ہو جاتی ہے۔ تیز بارش مسلسل کئی گھنٹے تک ہوتی رہی ہے۔ جب بارش بند ہوتی ہے تو تمام فضا وحل کر صاف ستھری ہو جاتی ہے۔

ایک دن مراقبہ میں خود کو ایک نیلے پانی کی خوبصورت جمیل کے کنارے پایا۔ جمیل کا پانی انتہائی شفاف ہے۔ رنگ برنگی کی مچھلیاں پانی میں تیرتی ہوئی دکھائی دے رہی ہیں۔ فضا میں ہزاروں کی تعداد میں پرندے محور پرواز ہیں۔ کئی پرندے جمیل پر خوراک کے لیے اتر رہے ہیں۔

چند ہفتوں تک مسلسل مراقبہ کرتے رہنے سے اب ذہنی یکسوئی بہت بہتر ہوئی ہے۔ خود اعتمادی کی وجہ سے لوگوں کی باتوں پر زیادہ دھیان نہیں دیتا۔ اللہ کے فضل سے ایک ادارے میں ملازم بھی ہو گیا ہوں۔ اب بھی بہت لوگ کئی مرتبہ مجھے مڑ مڑ کر دیکھتے ہیں مگر اب پہلے کی طرح ذہنی کیفیت نہیں

مارچ 2015ء

توحید و رسالت

پوری نوع انسانی میں ایک باہمی ربط اور تعلق ہے اور یہ ربط اور تعلق انسان کو یقین فراہم کر رہا ہے کہ انسان مخلوق ہے، مخلوق سے مراد یہ ہے کہ اس کا کوئی سرپرست ہے جس نے اسے پیدا کیا اور زندگی گزارنے کے لئے وسائل مہیا کئے۔

حمائے دین اور دنیا کے مفکرین کو چاہیے کہ وہ مل کر خالق اور مخلوق کے تعلق کو صحیح طرزوں میں سمجھنے کی کوشش کریں اور اللہ تعالیٰ کے ساتھ قلبی تعلق استوار کرنے کے لئے جدوجہد کریں، یہی وہ یقینی عمل ہے جس سے نوع انسانی کو ایک مرکز پر جمع کیا جاسکتا ہے۔

اس وقت نوع انسانی مستقبل کے خوفناک تصادم کی زد میں ہے۔ دنیا اپنی بقا کی تلاش میں لڑ رہی ہے۔ آندھیاں چل رہی ہیں، سمندری طوفان آرہے ہیں، زمین پر موت رقص کر رہی ہے۔ انسانیت کی بقا کے ذرائع تو حید باری تعالیٰ کے سوا کسی اور نظام میں نہیں مل سکتے۔

ترجمہ: اے لوگو! اپنے پروردگار کی عبادت کرو جس نے تمہیں اور تم سے پہلے لوگوں کو پیدا کیا تاکہ تم پر بیڑ گا رہن جاؤ۔ جس نے تمہارے لئے زمین کو بچھونا اور آسمان کو چھت بنایا اور آسمان سے پانی برسا کر تمہارے لئے پھل لے لئے پھلوں کو نکالا، پس تم اللہ کے ساتھ شریک نہ بناؤ اور تم جانتے تو ہو۔ (سورۃ البقرہ: 21-22)

خاتم النبیین حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت میں ایک شخص حاضر ہوا اور عرض کیا "یا رسول اللہ ﷺ! ہوتا کہ اللہ کے نزدیک سب سے بڑا ہے؟".....
آپ ﷺ نے فرمایا "یہ کہ تم اللہ کے ساتھ کسی کو شریک کرو حالانکہ تمہیں پیدا کرنے والا اللہ ہے۔" (صحیح بخاری، کتاب الایمان، جلد اول صفحہ نمبر 180)

اللہ تعالیٰ کو یکتا اور وحدۃ الشریک ماننا، اللہ کے آخری پیغمبر حضرت محمد مصطفیٰ ﷺ کی رسالت اور ختم نبوت کو زبان اور دل سے قبول کرنا ایک مسلمان کے لئے لازم ہے۔ عقیدہ توحید و رسالت اور ختم نبوت میں جبرِ اہل حق ہے اور ان عقائد میں سے کسی ایک کو دوسرے سے جدا نہیں کیا جاسکتا۔

از طرف: ایک بندہ خدا

قرآنی انسان کی ویڈیو



ستر آن پاک و شد و ہدایت کا ایسا سرچشمہ ہے جو اب تک ہر دور اور ہر زمانے میں انسان کی رہنمائی کرتا رہا ہے۔ یہ ایک مکمل دستور حیات اور ضابطہ زندگی ہے۔ ستر آئی تعلیمات انسان کی انفرادی زندگی کو بھی صراطِ مستقیم و کھاتی ہیں اور معاشرے کو اجتماعی زندگی کے لیے رہنما اصولوں سے بھی واقف کرتی ہیں۔

بَیِّنَات

اغوی اعتبار سے کسی چیز کا جدایا الگ الگ ہونا، کسی چیز کا الگ سے ظاہر ہونا یا بین کے معنوں میں استعمال ہوتا ہے۔

کسی بات کا کھل کر سامنے آجانا، کھلی آنکھوں سے ظاہر ہو جانا، وضع ہو جانا بھی بین کے معنی میں آتا ہے، کسی مسئلہ کا اظہار اور وضاحت بیان کہلاتی ہے اور ایسی دلیل کو جو عقلی طور پر واضح و بَیِّنات کہا جاتا ہے۔ قرآن مجید میں لفظ بَیِّنات 52 مرتبہ آیا ہے۔

بینہ اور بینات قرآن میں معجزہ کے مفہوم کی وضاحت کے لئے بھی استعمال ہوا ہے۔ بینہ ایسی کھلی دلیل کو کہتے ہیں جو فریقِ مخالف و انکار کی صورت میں حجت و ثبوت کے طور پر پیش کی جائے۔ اس لحاظ سے اس کا اطلاق معجزہ پر بھی ہوتا ہے۔ جب اس لفظ کے ساتھ آیت کا لفظ بھی آجائے تو اس معنی کی مزید تائید بھی ہوتی ہے اور اس مفہوم و تقویت بھی عطا ہوتی ہے۔

قرآن کے اسلوب کا ایک منفرد وصف یہ بھی ہے کہ اس میں عجول سے عجول سے مسئلہ بھی کھول کھول کر بیان کیا گیا ہے تاکہ ذہنِ انسانی پر ہر مسئلہ اور مسئلے کا ہر پہلو اچھی طرح واضح ہو جائے۔ چنانچہ قرآن مجید میں ان دلیل کو آٹھ آیات بینات اور بعض مقامات پر صرف بینات کے الفاظ سے

بیان کیا گیا ہے۔

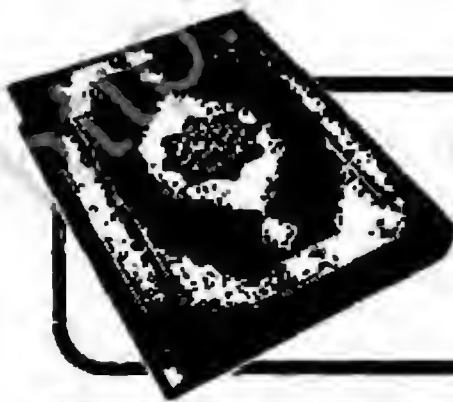
ترجمہ: "کیا انہیں ان لوگوں کی خبر نہیں ملی جو ان سے پہلے گزر چکے ہیں (جیسے) نوح کی قوم، اور عاد و ثمود اور ابراہیم کی قوم! اور مدین والے اور وہ جن کی بستیاں الٹ دی گئی تھیں (قوم لوط) ان کے پاس ان کے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (ببینات) (معجزات) لے کر آئے تھے۔ (مگر وہ اپنی گمراہی سے باز نہ آئے)۔ اللہ تو ایسا نہ تھا کہ ان پر ظلم کرتا مگر وہ خود ہی اپنے اوپر ظلم کرتے تھے"۔ [سورہ توبہ (9) آیت: 70]

ترجمہ: "بیک تہارے پاس تہارے رب کی طرف سے ایک روشن دلیل (ببینۃ) آگئی ہے۔ یہ اللہ کی آغوش تہارے لئے کشافی ہے"۔ [سورہ اعراف (7) : آیت 73]

ترجمہ: "اور ہم نے موسیٰ کو نور و روشن (ببینات) نشانیاں دیں"۔ [سورہ نمل اسرائیل 17: آیت 101] "اور عیسیٰ بن مریم کو کھلے نشانیاں (ببینات) بخشے اور روح القدس (یعنی جبرئیل) سے ان کو مدد دی"۔ [سورہ بقرہ (2) آیت: 87]

ترجمہ: "اور جب ان کے پیغمبر ان کے پاس کھلی نشانیاں (ببینات) لے کر آئے تو جو علم (اپنے خیال میں) ان کے پاس تھا اس پر اترانے لگے اور جس چیز سے تم سوچا کرتے تھے اس نے ان کو آشکارا کیا"۔ [سورہ مومن (40) آیت: 83]

ترجمہ: "یہ وہ لوگ ہیں جنہوں نے کہا کہ اللہ تعالیٰ نے ہمیں حکم دیا ہے کہ کسی رسول کو نہ مانیں جب تک وہ ہمارے پاس ایسی قربانی نہ لائے جسے آگٹ کھا جائے آپ کہہ دیجئے کہ اگر تم سچے ہو تو مجھ سے پہلے تہارے پاس جو رسول دیگر معجزات (ببینات) کے ساتھ یہ بھی لائے جسے تم کہہ رہے ہو پھر تم نے انہیں کیوں مار ڈالا۔ پھر اگر یہ لوگ تم کو سچا نہ سمجھیں تو تم سے پہلے بہت سے پیغمبر کھلی ہوئی نشانیاں (ببینات) اور صحیفے اور روشن کتابیں لے کر آچکے ہیں اور لوگوں نے ان کو بھی سچا نہیں سمجھا"۔ [سورہ آل عمران 3 آیت: 183-184]



قرآن حکیم کی مقدس آیات و احادیث نبوی آپ کی روحانی اور علمی معلومات میں اضافے اور تبلیغ کے لئے شائع کی جاتی ہیں۔ ان کا احترام آپ پر فرض ہے۔

ترجمہ و تفسیر

170

Copied From Web

روحانی سوال و جواب

ان صفحات پر روحانی سائنس سے متعلق آپ کے سوالوں کے جوابات محقق نظریہ رنگ دنوراشیخ خواجہ شمس الدین عظیمی پیش کرتے ہیں۔ اپنے سوالات ایک سطر چھوڑ کر صفحے کے ایک جانب خوشخط تحریر کر کے درج ذیل پتے پر ارسال فرمائیں۔
برائے مہربانی جوابی انکشاف ارسال نہ کریں کیونکہ روحانی سوالات کے براہ راست جوابات نہیں دیے جاتے۔ سوال کے ساتھ اپنا نام اور مکمل پتہ ضرور تحریر کریں۔

روحانی سوال و جواب - D.1/7-9، ناظم آباد - کراچی 74600

سوال: دنیا میں افراتفری کا ایک عالم برپا ہے، ہر شخص کسی نہ کسی الجھن میں گرفتار ہے، ذہنی سکوت ختم ہو گیا ہے۔ عدم تحفظ کے احساس سے حزن و ملال کے سائے گہرے اور دبیز ہو گئے ہیں۔ اخبارات میں آئے درجہ حادثات اور انسانوں کی قیمتی جانیں ضائع ہونے کی خبریں شائع ہوتی رہتی ہیں کبھی بموں کے دھماکے کبھی فلک بوس عمارتوں کے سرنگوں ہونے اور ان کے نیچے بند کالے خدا کے ہلاک ہونے کی دلدوز اور وحشت اثر خبریں ہمارے سامنے آتی ہیں وغیرہ وغیرہ۔ اس کا سبب کیا ہے اور ایسے عالم میں دنیا میں پیار و محبت، یگانگت اور اجتماعی سکوت کس طرح ممکن ہے؟

(فہد حسن - کراچی)

جواب: جو کچھ آپ نے تحریر کیا ہے اس سے یہ اندازہ لگانا دشوار نہیں ہے کہ ہم آفات ارضی و سماوی کی یلغار کی زد میں ہیں بظاہر ان المناک واقعات کے وقوع پذیر ہونے کی یہ توجیہ پیش کی جاسکتی ہے کہ تعمیر کنندگان کی ہوس زر کی وجہ سے یہ نوبت آئی ہے یا زمین کے اندر رد و بدل اس کا سبب ہے۔ یہ باتیں بظاہر کتنی ہی معقول اور وزنی ہوں لیکن اگر ایک راسخ العقیدہ مسلمان کی حیثیت سے دیکھا جائے تو انسانی معاشرہ میں آباد لوگوں کے جرائم اور خطا کاریاں ارضی و سماوی آفات اور ہلاکتوں کو دعوت دیتی ہیں۔ جب کوئی قوم قانون خداوندی سے انحراف و گریز کرتی ہے اور خیر و شر کی تفریق و نظر انداز کر کے قانون غشی کا ارتکاب کرنے لگتی ہے تو افراد کے یقین کی قوتوں میں اضطلال شروع ہو جاتا ہے تو ایک وقت ایسا آتا ہے کہ یقین کی قوتوں میں اضطلال شروع

ہو جاتا ہے۔ رفتہ رفتہ یقین کی قوت بالکل معدوم ہو جاتی ہے اور عقائد میں شک اور وسوساں در آتے ہیں۔ اس تشکیک اور بے یقینی کی بناء پر قوم توہمات میں مبتلا ہو جاتی ہے۔ توہماتی قوتوں کے غلبے سے انسان کے اندر طرح طرح کے اندیشے اور وسوسے پیدا ہونے لگتے ہیں جس کا منطقی نتیجہ حرص و ہوس پر منتج ہوتا ہے۔ یہ حرص و ہوس انسان کو اس مقام پر لے جاتی ہے جہاں بے یقینی اور توہماتی قوتیں کھل کر اس کو گمراہی میں جکڑ لیتی ہیں۔ یہی وہ مقام ہے جہاں انسان زندگی کی حقیقی مسرتوں سے محروم ہو جاتا ہے اور اس کی حیات کا محور اللہ تعالیٰ کی بجائے ظاہری اور مادی وسائل بن جاتے ہیں اور جب کسی قوم کا انحصار دروہست مادی وسائل پر ہو جاتا ہے تو آفات ارضی و سماوی کا لامتناہی سلسلہ عمل میں آتے لگتا ہے۔ نتیجتاً افراتفری کا عالم برپا رہتا ہے۔ قوموں کے افراد کسی نہ کسی شکل میں الجھنوں کا شکار رہتے ہیں۔ عدم تحفظ کا احساس اس قدر بڑھ جاتا ہے کہ بھائی بھائی سے خوف کھانے لگتا ہے۔ حتیٰ کہ اپنا سایہ بھی اسے ایک ذراؤنا تیراؤ لانا نظر آتا ہے۔ خونوں کی رنگت میں سفیدی آ جاتی ہے اور بھائی بھائی کی قیمتی جان ضائع کرنے میں بہانہ تلاش کرتا ہے اور اس طرح ایک جرم اسے کئی زیادہ جرم کرنے کا مرتکب کرتا ہے۔ علیٰ ہذا النقیس، ذہنی نسون تباہ و برباد ہو جاتا ہے۔

ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ شہد و بے یقینی کو دماغ میں جگہ دینے سے منع فرماتے ہیں۔ یہ وہی شک اور وسوسہ ہے جس سے آدم و ہارے کا قصہ دیا گیا تھا۔ بالآخر شیطان نے بیکار آدم کو شک اور بے یقینی میں گرفتار کر دیا جس کے سبب آدم و ہارے کی نعمتوں سے محروم ہو گئے۔ شک و وسوساں ہی واصل انفرادی اور اجتماعی زندگیوں کی تباہ کاریوں کا سبب بنتی۔



سوال: اہرام مصر کب اور کیوں تعمیر ہوئے؟ ... وہ کون کس نیمنا وقت تھے جس کے ذریعے نون و زنی لاکھوں پتھروں کو میلوں سے دور کر تراشا گیا اور انہیں تیس چالیس فٹ کے بلندی پر نصب کیا گیا۔ (تیسرا غلطی۔ کراچی)

جواب: خیالات کی لبروں کے علم سے واقف سائنسدان "رامپ" (Rampa) نے آثار قدیمہ کے ماہرین کے اصرار پر یہ اکتشاف کیا ہے کہ جس بڑے ار سال پہلے کے وہ بگ جنہوں نے اہرام مصر بنائے ہیں آج کے سائنسدانوں سے زیادہ ترقی یافتہ تھے۔ اور وہ ایسی ایجادات میں کامیاب ہو گئے تھے جن کے ذریعے پتھروں سے کشش ثقل ختم کر دی جاتی تھی۔ کشش ثقل ختم ہو جانے کے بعد پتھر اس نون و زنی چٹان ایک آدمی اس طرح اٹھا سکتا تھا جیسے پروں سے بھرا ہوا ایک غم۔ اس طرح اوکھڑ (Occult) سائنس کی دنیا میں ایک شخصیت ایڈمرکس کے مطابق ان پتھروں کو ہوا میں تیرا (Float) موجود جگہ پر بھیجا گیا ہے۔ اہرام مصر کے سلسلے میں ان دانشوروں نے جو چہ کہا ہے وہ لبروں کی عقلی کے اس قانون کے مطابق ہے جس کو ٹیلی پتھی کہا جاتا ہے۔



خطبات علی

کا ذہن آپ کے شعور کو اس

بات سے مطلع نہیں کرے گا کہ آپ کو اب خیند کی ضرورت ہے، آپ سو نہیں سکتے۔ انتہا یہ ہے کہ اگر آپ کو سونے کی گولیاں Sleeping Pills بھی دی جائیں گی پھر بھی آپ کو خیند نہیں آئے گی۔ خیند کی گولی دینے کا مطلب یہ ہے کہ جو انفارمیشن آپ کو ملاتی ہے وہ متحرک ہو جائے۔ زندگی کا کوئی ایک عمل پیدا نہیں سے لے کر موت تک ایسا نہیں ہے جو آپ خیال آئے بغیر کر سکیں۔

خیال ایک اطلاع ہے۔ انسان کے اندر ایک ایسی ایجنسی ہے جو ایجنسی انفارمیشن قبول کرتی ہے اور انفارمیشن جس قسم کی ہوتی ہے اس قسم کے تاثرات قائم ہو جاتے ہیں۔ مثلاً ایک آدمی گھر میں بیٹھا ہے، اس کو ایک بری اطلاع ملی۔۔۔ اللہ تعالیٰ سب کے بچوں کو

زندگی کا کوئی رخ ہو، صحت مند فی کارش ہو، پہاڑی کا ہو، پریشانی کا ہو، خوشی کا ہو، احساس گنتی یا احساس برتری کا رخ ہو۔ یہ تمام اعمال، تاثرات، جذبات خیالات کے تابع ہیں۔ سات ارب آبادی میں ایک انسان بھی اس بات سے انکار نہیں کر سکتا کہ اس کی زندگی کا دارومدار خیالات کے اوپر ہے۔ جب تک کسی چیز کے بارے میں خیال وارد نہیں ہوتا وہ چیز واقع نہیں ہوتی۔ اس کی بہت ساری مثالیں ہیں مثلاً ہم رات کو سوتے ہیں، صبح کو بیدار ہو جاتے ہیں۔ صبح کے معمولات میں ہمارا ایک معمول یہ ہے کہ ہمیں دفتر جانا ہے۔ اگر ہمیں بیدار ہونے کے بعد دفتر جانے کا خیال نہ آئے تو ہم دفتر نہیں جائیں گے۔

یہی حال کھانے پینے کا ہے۔ مریش کو بھوک نہیں لگتی۔۔۔ مریش کھانا کیوں نہیں کھاتا؟

ملیٰ ہذا القیاس زندگی سے جتنے بھی معمولات ہیں ان میں کوئی عمل ایسا نہیں ہے کہ جو خیال آئے بغیر انجام دیا جاسکے۔ کلیہ یہ بتا کہ زندگی کا دارومدار اس بات پر ہے کہ جب کوئی کام آپ کو رہا چاہیں تو پیسے آپ و نہیں آئے گا اور اس کے بعد آپ وہ عمل کریں گے۔ ہماری پوری زندگی اطلاعات پر قائم ہے۔ اگر آپ

جذبات کہاں بنتے ہیں؟ خیالات و تصورات جسم پر کس طرح اثر انداز ہوتے ہیں؟

انسان کو اس بات کا ادراک ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح کے تابع کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔

خیالات دماغ میں سے نہیں آتے۔۔۔ اگر آتے تو مردہ جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔

میں بخوبی اندازہ ہو گیا ہے کہ ہمارا جسمانی وجود جس کو ہم Physycial Body کہتے ہیں اس کی کوئی حیثیت نہیں ہے۔ اس کی حیثیت صرف اتنی ہے کہ رونے نے اس کو اپنا لباس بنایا ہوا ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنے رہتی ہے، جسم میں حرکت رہتی ہے۔ یہ کیا بات ہوئی؟

بات یہ ہوئی کہ دنیا کے انسان Physical Body کو اصل سمجھتے ہوئے ہیں۔ جب کہ یہ اصل نہیں ہے۔ جب تک ہم اسے اصل سمجھتے رہیں گے ہم فکشن کی زندگی میں قید رہیں گے اور جب ہمارے اوپر یہ عقدہ کھل جائے گا کہ جس طرح کوٹ جسم کے بغیر حرکت نہیں کرتا، اسی طرح روح کے بغیر جسم حرکت نہیں کرتا تو ہم Fiction سے نکل کر Reality میں داخل ہو جائیں گے۔

جہاں Reality ہوتی ہے وہاں شک نہیں ہوتا۔ جہاں Fiction ہوتا ہے وہاں شک ہوتا ہے۔ جب تک انسان شک کی زندگی میں جکڑا رہے گا، تکلیف میں رہے گا۔ جتنا زیادہ شک بڑھ جائے گا اسی مناسبت سے حلاج میں تبدیلی آتی رہے گی اور ایک وقت ایسا آئے گا کہ شعور غیر متوازن ہو جائے گا۔ جب شعور غیر متوازن ہو جائے گا تو طرح طرح کی بیماریاں پیدا ہو جائیں گی۔ سرگی، آسیب، سینر، ہل، وق، شوکر، بے خوابی، بلڈ پریشر وغیرہ یہ سارے امراض اس بنیاد پر ہیں کہ ہم Physical Body کو اصل سمجھ رہے ہیں۔

روحانیت کہتی ہے کہ انسان کو اس بات کا ادراک ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ نے اس Physical Body کو روح کے تابع کیا ہے۔ روح Physical Body کے تابع نہیں ہے۔



روحانیات

محفوظ رکھے.... کہ بچے کا ایکسٹنٹ ہو گیا۔ جیسے ہی یہ انفارمیشن ملے گی زندگی میں ایک لچل برپا ہو جائے گی۔ سوائے پریشانی کے اور کوئی بات ذہن میں نہیں آئے گی۔ آپ کو یہ اطلاع ملی کہ بیٹی اچھے نمبروں سے پاس ہو گئی ہے۔ ابھی آپ نے اس کی مارکس شیٹ نہیں دیکھی۔ بیٹی نے آکر بتایا بھی نہیں ہے لیکن اس انفارمیشن کے تاثرات خوشی کی شکل میں مرتب ہوں گے۔ مفہوم یہ نکلا کہ خوشی ہو یا غمی ہو اس کا تعلق انفارمیشن سے ہے۔

انفارمیشن کہاں سے آتی ہے؟

اس انفارمیشن کا تعلق روح سے ہے۔

روح سے جسم کا تعلق کیوں اور کس طرح ہے؟

ہم دیکھتے ہیں کہ روح جسم سے رشتہ توڑ دیتی ہے تو کسی بھی انفارمیشن کا اثر جسم پر مرتب نہیں ہوتا۔

کیوں....؟

کان ہیں، دماغ بھی ہے۔

بات یہ ہے کہ روح نے اس Physical Body

سے اپنا رشتہ توڑ لیا ہے۔

اب ہم اس طرح کہیں گے کہ جب تک روح کا تعلق جسم سے رہتا ہے، اس وقت تک انفارمیشن رہتی ہے اور جیسے ہی روح کا جسم سے رشتہ منقطع ہو جاتا ہے انفارمیشن کا عمل ختم ہو جاتا ہے۔

ہم لیکچر میں بتا چکے ہیں کہ مادی جسم روح کا لباس ہے۔ جب تک روح لباس کو پہنے رہتی ہے، اس میں حرکت رہتی ہے۔ بلکہ دماغ خیالات آنے کا ذریعہ ہے۔

خیالات کہاں سے آتے ہیں؟

یہ بات تو آپ سمجھ گئے ہیں کہ خیالات دماغ سے نہیں آتے۔ اگر خیالات دماغ میں سے آتے تو مردہ جسم بھی خیالات کو قبول کرتا۔



مارچ 1990ء کے شمارے کا سرورق

اس ماہ کے مضامین میں حضرت یوسف، حضرت مانگ بن دینار، صراط مستقیم، جبر اور صبر کا مقابلہ، آگ کا طوفان، مقام قلندر، حیات سے حیات، گولڈ، خسرو، ایک من وزنی تریو، نیل مٹی کی سیلیبے، بحث رسول، حضرت رقیہ، تاریخ اور عورت، لڑکا بونے کا، قاتوت، شب برات، ابدال حق قلندر بابا اولیاء کا عرس شریف، دعا جبکہ سلسلہ وار مضامین میں نور الہی نور نبوت، آواز دوست، تاثرات، چھ اسٹیکو، ایڈٹر کون تھا، محفل مراقبہ، اللہ رکھی، پراسرار آدمی اور آپ کے مسائل شامل تھے۔ اس شمارے سے منتخب تحریر "تنوع" قارئین کے ذوق مطالعہ کے لیے دی جا رہی ہے۔

اللہ تعالیٰ کے وجود کی ایک بہت بڑی نشانی اس کائنات کی تمام اشیاء میں تنوع ہے۔ ہر چیز ایک ذاتی حسن لیے ہوئے ہے۔ وہ حسن جو اس سے پہلے کسی چیز کو نصیب نہیں ہوا مختلف

تنوع

(البرعدہ 4)

(ڈاکٹر ملک علام مسرتعلیٰ)

یہی حال حیوانات کا ہے۔

ملائے میں مختلف قسم کے حیوانات اور پھر ایک ہی قسم کے حیوانات کی شکل بھی آپس میں نہیں ملتی۔ ہر جاندار اپنی جگہ پر تھیں و کسو یہ کا بہترین نمونہ ہے۔ ایک برن اپنی جگہ پر نہایت خوبصورت ہے لیکن خوبصورتی کا یہ بیزائن اس کی ذات پر ختم نہیں ہو جاتا بلکہ اس کے ہم جنس جتنے بھی برن ہوں گے سب الگ الگ ڈیزائن اور

اقسام کے نباتات، نباتات حیوانات موجود ہیں۔ ان نباتات میں ایک قسم دوسری قسم سے نہیں ملتی۔ ایک ہی زمین پر ایک ہی آب و ہوا ایک ہی موسم لیکن مختلف رنگوں، مختلف ذائقوں اور مختلف شکلوں کی نباتات الگ رہی ہیں۔

"اور زمین میں ایک دوسرے سے ملے ہوئے ٹکڑے (جزیرے) ہیں، اور انکو دوں کے پانی ہیں جن میں بعض تہا لیے ہیں کہ ایک تہے سے اوپر جا رہے تہے ہو جاتے ہیں اور

الگ الگ شکل و صورت لے کر پیدا ہوں گے کسی کی شکل دوسرے ہر ن سے نہیں ملتی ہوگی اور سبھی حسن و عنایت کا نمونہ ہوں گے۔

عام طریقہ یہ ہے کہ کوئی چھوٹی سے چھوٹی یا بڑی فیکٹری کیوں نہ ہو اس میں تخلیقی اعتبار سے بہت بڑا مسئلہ نقش آرائی (Designing) کا ہوتا ہے۔

فیکٹری جتنی معمولی سطح کی ہوگی اس کی تیار کردہ اشیاء کے ڈیزائن اسی قدر کم ہوں گے اور فیکٹری جس قدر اعلیٰ درجہ کی ہوگی اس کی مصنوعات کے ڈیزائن اسی قدر زیادہ اور متنوع ہوں گے لیکن ہر فیکٹری محدود تعداد میں ڈیزائن رکھنے پر مجبور ہے۔ اس کے آرٹسٹوں کی صلاحیتیں اس قدر محدود ہیں کہ چند ڈیزائن بنالینے کے بعد وہ بغیر جھانکنے لگتے ہیں۔ بس آخر میں یہی ہوتا ہے کہ ایک ڈیزائن چل نکلا اور تمام اشیاء اسی ڈیزائن کے سانچے میں ڈھلی ہوئی تیار ہو رہی ہیں۔ تمام اشیاء بالکل ایک جیسی شکل کی، دو اشیاء کو بغیر خاص نشان لگائے رکھ دیجیے ان میں پہچان کرنا مشکل ہوگا۔ آخر کار تخلیق کے عمل میں اس قدر ہم رنگی (Monotony) پیدا ہو جاتی ہے کہ خود فیکٹری کے مالک و منتظم اسی ڈیزائن کو دیکھ کر تنگ آجاتے ہیں اور نئے ڈیزائن کی تیاری کے لیے بھاری رقیس پیش کرتے ہیں۔

اب فطرت کے خلاق اعظم کی تخلیق فنکاریوں کا تماشا دیکھیے۔ دنیا میں جتنی اشیاء بنائیں سب الگ الگ ڈیزائن کی۔ کوئی بڑے پیمانے پر تیاری (Mass-Production) کا کاروبار نہیں ہے کہ سب اشیاء مجبوراً ایک ہی ڈیزائن کی بنانا پڑیں اور نئے ڈیزائن بنانے سے تخلیقی قوت عاجز آگئی ہو۔ اس تنوع کو قرآن مجید وجود خدا کی دلیل کے طور پر پیش کرتا ہے۔

”اور اس کی نشانیوں میں آسمانوں اور زمین کی

پیدائش اور زبانوں اور رنگوں کا اختلاف بھی ہے۔ بے شک اس میں جاننے والوں کے لیے دلائل (توحید) ہیں۔ (الروم-22)

یعنی زبانوں اور رنگوں کا اختلاف اس کے وجود کی نشانی ہے۔ دنیا میں ہزاروں سال سے کروڑھا انسان پیدا ہو رہے ہیں۔ ہر انسان عیحد و شکل، علیحدہ بناوٹ رنگت لیے ہوئے ہے کسی انسان کی آواز دوسرے سے نہیں ملتی۔ وہی گلا ہے۔ ایک ہی قسم کی کیمیائی اجزاء سے مرکب، بناوٹ میں بھی ایک ہی ترتیب لیکن آواز ہمیشہ مختلف، بولیاں ہیں تو مختلف، زبانیں ہیں تو مختلف، گفتگو کا انداز ہے تو مختلف، ہر چیز نئے انداز پر، نیا حسن و رعنائی لیے ہوئے پیدا ہوئی ہے، نئے سے نیا ڈیزائن۔ کوئی درخت اپنی شکل میں دوسرے درخت سے نہیں ملتا۔ کوئی پھول دوسرے پھول سے نہیں ملتا حتیٰ کہ ایک ہی پھول کی کوئی پتی کسی دوسری پتی کی ہم شکل اور ہم صورت نہیں۔

و کائنات جس میں کھربوں پتوں میں سے کوئی پتا صحیح طور پر دوسرے سے نہ ملتا ہو اور تخلیق تنوع کا نفاذ نہیں مارتا ہوا اس قدر ہر طرف موجزن ہو، کیا خود اس بات کی نشانی نہیں ہے کہ اس رنگارنگ کائنات کا ایک ایسا خالق ہے جس کی تخلیقی قوت بے حد بے کنار ہے اور جس کے ہارے میں ہر صحیح العقل انسان یہ کہنے پر مجبور ہو۔

”ہمیں بڑی شان والا ہے وہ اللہ جو تمام صنائع سے زیادہ بڑھ کر مصلح ہے۔“

(المومنون-14)

برگ درختان سبز در نظر ہو شیر
بر در قے و فتریت معرفت کردگار

تنوع میں نظم

حیوانات اور نباتات کے اس عظیم تنوع میں کمال نظم و ضبط بھی موجود ہے۔ ایک ماہر حیوانات رسل لویں

تخلیق کا عجب

ماکسر کے محاط اندازے کے مطابق دولاکھ اقسام پودوں کی ہیں اور دس لاکھ اقسام حیوانات کی ہیں۔ ان دس لاکھ اقسام میں سے صرف ایک صنف ہی کو لے لیں تو اسے بھی بہت سے چھوٹے چھوٹے گروہوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے اور ہر صنف کی خصوصیات اس کے ہر فرد میں ہیں۔ ایک بلی میں جو اوصاف ہیں وہ تمام دنیا کی بلیوں میں پائے جائیں گے۔

نظریہ جین

دور جدید میں جین سے متعلق تحقیقات نے تو انسان کو حیرت میں ہی ڈال دیا ہے۔ جین تمام زندہ اشیاء کے خلیوں میں موجود اور لن کے جوہری ذرات کی ان ترتیبوں پر مشتمل ہوتے ہیں جنہیں خوردبین تک سے بھی نہیں دیکھا جاسکتا۔ جین اشیاء کی ساخت، ان کی صفات اور ان کی وراثتی خصوصیات کے لکھن ہوتے ہیں۔ یہ انتہائی چھوٹے جراثیم جنہیں ہم جین کہتے ہیں اس دنیا کی تمام انسانی، حیوانی اور نباتاتی خصوصیات کے سرچشمے ہیں۔ اس میں شک نہیں کہ دنیا کے ہر یوں انسانوں کی انفرادی خصوصیات کے یہ بنیادی پیکر حجم میں اس قدر ہر ایک ہیں کہ اگر ان سب کا اجتماع ممکن ہو تو ان کے لیے اتنی بھر جگہ کافی ہو سکتی ہے لیکن یہ جین اپنے اگنت اسلاف کی تمام جسمانی وراثت، ان کی ذہنی اور روحانی اور نفسیاتی خصوصیات اپنے وجود میں بحفاظت برقرار رکھتے اور انہیں پروان چڑھانے کی ناقابل یقین صلاحیت رکھتے ہیں۔

مگر وہ کیا چیز ہے جو محفوظ رکھی جاتی ہے اور وراثت کی شکل میں آگے کی نسلوں کو منتقل کر دی جاتی ہے....؟ وراثت سے متعلق اتنی صحیح ہدایت کس طرح اپنے اندر محفوظ رکھ لیتے ہیں....؟ ایک جین بے شمار نسلوں میں سفر کرتے ہوئے اپنی خصوصیات اور صفات کو بحفاظت برقرار رکھتا ہے اور ہر نسل میں اور ہر پیدائش کے عمل

میں دوبارہ سابقہ تاریخ و برساتا چلا جاتا ہے۔ یہاں سوال پیدا ہوتا ہے کہ جین کو اتنی بار کی اور صحت کے ساتھ حقیقی عمل پروان چڑھانے کی ہدایات کہاں سے ملتی ہیں....؟ وہ کون سی قوت ہے کہ اس کے احکام ان جین کے ذریعے خلیوں تک پوری صحت اور وقاراری سے حقیقی جامہ پہنتے اور اپنے نتائج کی صحت اور تخلیق بینی کی برائیوں میں ریاضی کی باریک ترین اشکال کو آکھیں دکھاتے ہیں۔

بے چارے ڈاؤن اور اس کے ساتھیوں کو جین سے متعلق جدید تحقیقات کا کوئی علم نہ تھا۔ یہی وجہ ہے کہ نظریہ ارتقاء سے متعلق دو اس مقام سے آگے نہ بڑھ سکے جہاں سے دراصل ارتقاء کی کہانی شروع ہوتی ہے دو مقام خلیے کی معرفت کا ہے اور خلیے کی ساخت اور پھر جین کے عمل پر جب ہم غور کرتے ہیں تو ہمارا ذہن مادے کے اندھے بہرے ارتقاء کی طرف نہیں جاتا بلکہ ایک خلاقی عظیم کی طرف جاتا ہے جس نے ارب ہا جین تک خصوصیات کو ایک مثبت، بلا یک اور انتہائی صحیح نظام کا پابند بنایا ہوا ہے۔ خلیوں کی ساخت اور جین کے عمل کا مطالعہ کرتے ہوئے یہ سوال بار بار ذہن میں ابھرتا ہے کہ اگر ارتقاء ایک اون اہل اور اندھی بہری قوت ہی کا نام ہے تو اسے عظیم اجتماع مخلوقات، اسے وسیع تنوع میں اس قدر باریک اور صحیح ترین تقسیم اور نظم و ضبط کہاں سے آگیا....؟

گندم از گندم پر وید جوڑ جو

(گندم کے بچے سے گندم ہی پیدا ہوگی اور جو کے بچے جو)

اور ہر گندم کا بچ اپنی خصوصیات کو اپنے جین کے ذریعے گندم کی اگلی فصل تک ٹھیک ٹھیک پہنچا دیتا ہے۔





وادی سوات کی
خوبصورتی،
رعنائی اور

شادابی کا انحصار دریائے

سوات پر ہے۔

دریائے سوات

ہی کی بدولت

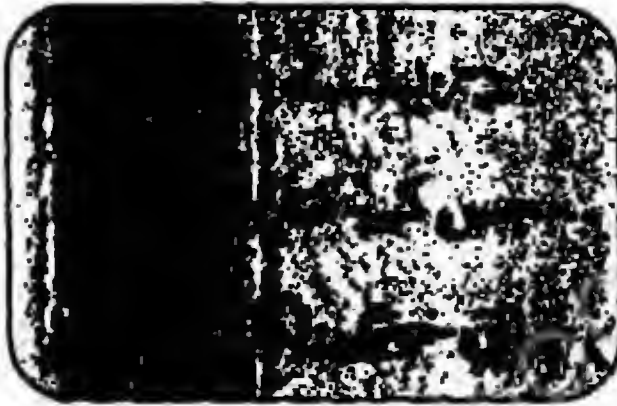
سوات کی تمام

وادیاں قدرتی حسن و

جمال کا مظہر و کھائی

دیتی ہیں اور اس کا ہر

پاکستان



گوشہ سرسبز شاداب نظر آتا ہے۔ سوات کی تقریباً
تمام قابل ذکر وادیاں، دریائے سوات ہی کے
کنارے آباد ہیں۔ ان میں اتروڑ، گہرال، اوٹو، منسل،
گلیشیر، کالام، بحرین، مدین، بارڈویری، خوازہ خیلہ،
شین، چارباغ اور منگورہ شامل ہیں۔

دریائے سوات، وادی کالام سے لے کر ملاکنڈ
کے بکلی گھرنک کا فاصلہ طے کرتا ہے، اس دوران یہ
وسیع و عریض علاقے کو سیراب کر کے اس کی شادابی
اور رعنائی کا باعث بنتا ہے۔

دریائے سوات اتنا ہی قدیم ہے، جتنی قدیم
سوات کی خوبصورت سرزمین ہے۔ ہزاروں سال

قبل تو سوات اور بھی حسین اور دلکش تھا کہ اس وقت
سوات جدید دور کی مشینی آلاتوں کی دست برد سے
قطعی محفوظ تھا اور نہ صرف اس کی فضا میں، پرکشش
اور خوش رنگ پھولوں اور گھنے جنگلات کی وجہ سے
معتبر تھیں بلکہ پوری وادی سوات



Copied From web

ایک اور مشہور چینی
سیلنگ یون، 512ء میں
کافرستان (ہزارل) سے
ہوتا ہوا سوات آیا تھا، اس
نے اپنے سفر نامے میں
دریائے سوات کا ذکر
”دریائے سوتو“ کے نام
سے کیا ہے۔ بعض تاریخچی
کتب میں اس کے نام



”دریائے سوتی“ یا سواستوس اور ”سولاس“ بھی
ہتے ہیں، جو چار ہزار سال قدیم زمانے سے تعلق رکھتے
ہیں۔ کہا جاتا ہے کہ اس دریا کے نام کی مناسبت سے اس
حالتے کا نام بھی ”سوتی“ یا ”سواستی“ مشہور تھا جو بعد
میں ”سوا“ یا ”سوات“ میں تبدیل ہو گیا۔ تاریخچی
کتب میں سوات کا ایک قدیم نام ”اودیانہ“ بھی مذکور
ہے جس کے معنی ہیں ”باغ“ یا ”گلستان“۔ دریائے
سوات کو سنسکرت میں ”گورنی“ کا نام بھی دیا گیا ہے۔
دریائے سوات کی جنم پانی ”کالام“ سے ضلع
چار سدہ میں ”نست“ تک تقریباً 210 کلومیٹر ہتی ہے۔ یہ
نہیں دریا اپنا سفر طے کرتے ہوئے نہیں تو عجوبہ ہو کر
سکڑ سمٹ جاتا ہے اور آہستہ آہستہ سے سینہ سامنے بٹے نکلتا
ہے۔ واوی، بحرین اور کالام کے درمیان اس کی چوڑائی
150 فٹ رو جاتی ہے جبکہ سوات کی ایک خوبصورت
واوی ننگولئی میں اور منگورہ میں فضا گٹ پارک کے
قریب اس دریا کا پاٹ دو کلومیٹر تک چوڑا ہو جاتا ہے۔

دریائے سوات، کو عبور کرنے کے لیے جگہ جگہ
چھوٹے بڑے پل تعمیر کیے گئے ہیں۔ ان پلوں میں
مضبوط اور جدید طرز کے پلوں کی تعداد سات ہے جن

میں جوندیاں، ٹالے، آبشار، اور دریا تھے وہ سب ہر
قسم کی آلودگی سے پاک تھے۔ دریائے سوات کے
غیر معمولی طور پر پاک و شفاف پید پانی کی وجہ سے
سکندر اعظم کے ساتھ آئے ہوئے مورخین نے اس
نملقے کا ذکر اس کے دریائی نسبت سے کیا تھا، جو اب
دریائے سوات اور اس قدیم عہد میں ”سواستو“ کہلاتا
تھا۔ خیال کیا جاتا ہے کہ یہ لفظ سوتیا (ایس وٹیو انی ٹی
اسٹ) سے مشتق ہے جس کے معنی ”پید“ کے ہیں۔
مشہور چینی سیان ہیون سائنگ نے حتی یہاں کے
پید پانی کا خصوصی ذکر کیا ہے۔ یہ دھویں صدی
یسوی میں البیرونی بھی سوات کے شفاف پانی کا ذکر
کرتا ہے۔ آج بھی سوات کے صاف و شفاف، چاندنی
طرح چمکتے ہوئے پید پانی کو دیکھا جائے تو عجیب سی
مسرت محسوس ہوتی ہے۔ اس کے ساتھ دریائے
سوات کے قریب ”پسینے اوبہ“ (پید پانی) کے نام سے
ایک بستی بھی موجود ہے۔ اس لیے وثوق سے کہا جاسکتا
ہے کہ اس علاقے کے صاف و شفاف پید پانی کے ندی
نالوں اور دریا کی وجہ سے اسے ”سواستو“ یا ”سوتیا“ پکارا گیا
ہو گا جو بعد میں چلی کر ”سوا“ اور پھر ”سوات“ بن گیا۔

پاکستان کا سواستو



میں کالام، بحرین، خوارہ خید،
کانجو، شموزی (بریکوٹ) اور
چکدرہ کے پل شامل ہیں۔
اب جاپان کے تعاون سے
جلد جگہ جدید "سینسنس
پل" تعمیر کیے جا رہے ہیں
جن میں سے ایک پل بحرین
کے قریب "کورنی" کے
مقام پر تعمیر کیا گیا ہے۔ دریا
پر بنائے گئے رسیوں اور

کئی منیجمنٹ۔ یہ دریا دو ہندو کش کی اوٹ میں واقع
"سوات کوہستان" کے علاقوں سے نکلتا ہے اور مختلف
مقامات پر اس کے ساتھ ندی نالے شاپاں ہوتے چلے
جاتے ہیں۔ اس کا ایک منیج کالام کوہستان میں "جل
م" کے مقام پر ہے۔ "جل" کوہستانی زبان میں پانی
اور "م" ندی کو کہتے ہیں۔ اس علاقے میں اسے
"دریائے جل" کے نام سے بھی پکارا جاتا ہے۔

ہرگند اور لہان وڑو کے مقام پر دریائے سوات سے
دو نہریں نکالی گئی ہیں۔ ان پر درگنی بجلی گھر اور ملائند بجلی
گھر بنائے گئے ہیں، جنہیں ملک عزیز کے سب سے
پرانے بجلی گھر ہونے کا اعزاز بھی حاصل ہے۔ یہ بجلی
گھر کافی عرصہ سے ملک کو بجلی فراہم کر رہے ہیں۔
دریائے سوات اپنی قدامت کے باعث بھی تاریخ
کے اوراق میں غیر معمولی اہمیت کا حامل ہے۔ اس کے
کنارے دنیا کی کئی مشہور تہذیبیں پھیلی پھولیں اور
عروج کی منزلیں طے کر کے زوال پزیر ہوئیں۔

سوات میں بدھ مت کے دور عروج میں اس کے
کنارے سینکڑوں، ہزاروں خانقاہیں اور بدھ مت کے

تہذیب کے پٹے شمار ہیں۔ تیز بہاؤ والے علاقوں میں
دریا کے اوپر مضبوط رشتی تان کر باندھ دی جاتی ہے اور
دوسری طرف اسی کے ذریعہ اس کے ساتھ ڈھول نما
کھنڈاں باندھا جاتا ہے جس کے ساتھ مخالف اور موافق
دونوں سمتوں سے رشتی منسلک ہوتی ہے۔ ایک کنارے
سے دوسرے کنارے کی طرف جاتے ہوئے ایک
جانب کی رشتی کوئی دوسرا شخص کھینچ لیتا ہے اور کھنڈا
اسی سمت چلنے لگتا ہے۔

اس قسم کے کھنڈے کو مقامی زبان میں "زاتھوٹی"
کہا جاتا ہے۔ دریا عبور کرنے کا یہ طریقہ خالصتاً مقامی
ہونے کے ساتھ ساتھ دلچسپ اور "پر خوف" بھی ہے۔
دریا پار کرنے کا ایک ذریعہ چیئر لفٹ کی طرز پر
بنائی گئی "زاتھوٹیاں" بھی ہیں، جو پک اپ کے انجن کے
ذریعہ دو مضبوط رسیوں سے منسلک ہوتی ہیں۔ جہاں پل
نہیں ہیں، وہاں لوگ مقامی ساخت کی کشتیوں کے
ذریعہ دریا عبور کرتے ہیں۔ اس قسم کی کشتی کو "جالہ"
کہا جاتا ہے۔

دریائے سوات کا منیج ایک نہیں ہے بلکہ اس کے

ہوتی ہیں۔ اس کے علاوہ متعدد خوش ذائقہ پھل
مثلاً خوبانی، آلوچہ، چیری، اسٹر ابری، لوکاٹ،
سیب، ناشپاتی، مانڈا، انگور، اخروٹ، شگنار اور چائنا
الوہک کے درختوں کے لیے حیات بخش پانی،
دریائے سوات ہی لے کر آتا ہے۔ دریائے
سوات کے کنارے گلاب، گل زمیں، غانول،
بنفشہ، پھلواڑی، ریحان اور دیگر طرح طرح کے
خوشبودار اور دھنک رنگ پھول بھی کھلتے ہیں جو



حسین سر زمین سوات کے حسن کو مزید رعنائی عطا
کرتے ہیں۔

قدرت نے دریائے سوات میں جو مچھلیاں پیدا کی
ہیں، ان میں ٹراؤٹ مچھلی سب سے زیادہ مشہور ہے۔
اس کے علاوہ مہاشیر مچھلی اور سواتی مچھلی بھی پائی جاتی
ہے۔ ٹراؤٹ مچھلی نہایت سرد پانی میں ملتی ہے۔ اس کا
ذائقہ بہت لذیذ اور بے مثال ہے۔

موجودہ دور کے ایک مشہور پشتو شاعر نصر اللہ خان
نصر (مرحوم) کی ایک پشتو نظم کے چند اشعار کا درجہ
ذیل ترجمہ سوات اور دریائے سوات کی تاریخی عظمت،
قدامت اور دریائے سوات کے کنارے جنم لینے والی
تہذیبوں اور تمدنوں کے متعلق کتنی خوبصورت منظر
کشی کرتا ہے۔

سر زمین سوات تیری منفرد اک شان ہے
تیرا ذرہ ذرہ ہے تاریخ و تہذیبوں کا گھر
تیرے دامن میں ہے کھولی کتنی تہذیبوں نے آنکھ
تیرے ہر منظر میں جنت کی بہاریں جلوہ گر
تیری وادی میں دراوڑ بھی رہے، منگول بھی
آریاؤں کو ہے لایا حسن تیرا کھینچ کر

علمی مراکز قائم تھے جن میں بدھ مت کے لاکھوں
طالب علموں کو علم کے زیور سے آراستہ کیا جاتا تھا۔ ان
بدھ خانقاہوں اور عبادت خانوں کا ذکر مشہور چینی
سیاحوں نے بھی اپنے سفر ناموں میں کیا ہے۔ چینی سیاح
سنگ یون نے دریائے سوات کا ذکر کرتے
ہوئے لکھا ہے۔

”رات کے وقت خانقاہوں میں اتنی کثرت سے
گھنٹیاں بج اٹھتی ہیں کہ تمام فضا گونج اٹھتی ہے۔
”دریائے سونو“ (دریائے سوات) کے کنارے بہت
سی خانقاہیں آباد ہیں۔ سوات سرسبز و شاداب علاقہ ہے
اور یہاں کے باشندوں کا گزارہ کھیتی باڑی پر ہے۔“

اس ذکر سے واضح ہوتا ہے کہ دریائے سوات کتنا
قدیم ہے۔ اس کا مختلف مذہبوں اور تہذیبوں سے کتنا
گہرا تعلق رہا ہے۔ اس دریا کے سبب یہ علاقہ قدیم
زمانے سے ہی سرسبز و شاداب اور زرخیز چلا آ رہا ہے۔

دریائے سوات انسانوں کے لیے طرح طرح کی
نعمتیں لے کر آتا ہے۔ اس کے پانی سے متعدد فصلیں
سیراب ہوتی ہیں جن میں کئی، دھان اور گندم شامل
ہیں۔ کئی طرح کی سبزیاں مثلاً آلو، مرہ، شلجم، گو بھی،
ٹماٹر اور سرسوں اس دریا کی بدولت انسان کو نصیب

دریائے سوات

بچوں کا وگانی ڈائجسٹ



ایمن فیصل



زورید



جمیرہ دانش



انوشہ ناصر خان

Copied from web

مکھن چور

تھا۔ وہ اپنی ڈیوٹی بھول
بھال کر باہر کی طرف
دوڑا۔ نوھر خرگوش اندر

آیا اور مکھن کا مرتبان نکال کر جی بھر کے مکھن کھایا
اور رچھ کے آنے سے پہلے باہر
چلا گیا۔ بے چارا رچھ

محمد ارحم۔ کراچی

ناکام واپس لوٹا۔

اگلی صبح جانوروں نے مکھن کم پایا تو انہوں نے
رچھ کو بہت برا بھلا کہا اور سزا کے طور پر
سال بھر کے لیے اس کا مکھن
بند کر دیا۔



لگے دن کتے کی باری

تھی۔ وہ دن بھر پہرا دیتے دیتے
تھک گیا۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔ اس نے کتے کو زور
سے سلام کیا، ”ہیلو بھیا بھوں بھوں! کیسے
مزاج ہیں....؟“

کتا بولا، ”صبح سے بیٹھے بیٹھے
تھک آگیا ہوں۔“

خرگوش بولا، ”تو آؤ ذرا
دوڑ لگائیں۔“

کتا دوڑنے کا بہت شوقین تھا۔ جھٹ
تیار ہو گیا۔ خرگوش نے کہا، ”میں گھاس
میں دوڑتا ہوں البتہ چکر کاٹ کر
پل تک جاتا ہوں، تم
سڑک سڑک جاؤ،
دیکھیں پہلے کون ہاتھ لگا
کر واپس لوٹا ہے۔“

کتا مان گیا۔ دوڑ شروع



بہت دن گزرے جنگل
کے سب جانور اکٹھے رہا کرتے
ہوئے۔ سب ایک ہی تھالی میں

کھانا کھاتے، ایک ہی چشمے میں پانی پیتے، گرمیوں میں
مل جل کر کام کرتے اور سردیوں
میں ایک ہی غار میں آرام کرتے۔

ان دنوں سب جانوروں کو مکھن کھانے کا بڑا
شوق تھا۔ وہ سب مل کر رچھ تھے
چنانچہ ان کے مکھن کا ذخیرہ بھی
ایک ہی تھا۔ جب کسی کو
ضرورت ہوتی تو وہ تھوڑا سا مکھن
نکال کر کھا لیتا۔

ایک دن انہوں نے دیکھا کہ کسی نے بہت سا
مکھن چرا لیا ہے۔ اب تو سب جانوروں کو بڑی تشویش
ہوئی۔ انہوں نے فیصلہ کیا کہ ہر روز
جانور ساری رات جاگ کر پہرا
دے۔ پہلی باری رچھ کی آئی۔ وہ
مرتبان کے سامنے بیٹھ گیا۔ بیٹھے
بیٹھے رچھ کی ٹانگیں درد کرنے
لگیں۔ رات کے پچھلے پہر باہر
سرگوشی کی آواز سنائی دی۔
رچھ کے کان کھڑے ہو گئے۔
کوئی، آہستہ آہستہ کہہ رہا
تھا، ”بیمبلی کے درخت والے
جھٹے میں سوراخ ہو گیا ہے۔ سارا
شہد بہا جا رہا ہے، بہیار بچھ ہوتے تو
انہیں بتا دیتا۔“

رچھ شہد کھانے کا بڑا شوقین

شیراز احمد

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو پیسے کمانے کے لئے شریک نہیں کیا جاتا
- ✧ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریڈیو مائیل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پریویو
- ✧ ہر پوسٹ کے ساتھ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1

بھڑیا سو گیا۔ تب خرگوش اندر گیا۔ اس نے مٹی
بھر کے گھٹن کھایا اور اپنے گھر کی راہ لی۔

آگے دن بھیڑے کا بھی وہی حشر آوا۔ سال میر
کے لیے تھکن بند!

اب لومڑ کی باری تھی۔ رات کو پھر خرگوش آیا۔
 ”اوہو! آج لومڑ بھینا کی باری ہے۔“ خرگوش

نے کہا، ”کتنے چور پکڑ لیے ہیں بیٹھی....؟“
لومڑ نے ہیزیاری سے کہا، ”صبح سے بیٹھے بیٹھے

”نک آسما ہوں۔“
خرگوش بولا، ”تو آؤ آنکہ مجھ کو کہیں۔“

”اور اگر چہ آگیا تب....؟“
 خرگوش بولا، ”ہم دونوں اس کا بھرتا بنا

وہیں گے۔“

لومڑا مان گیا۔ دونوں درختوں کے پیچھے آگے

کچھ ہی دیر میں نومڑ اتنا تھک گیا کہ وہ آرام

لکھے دن اس کو بھی سزا ملی۔ سال بھر تک

لوہڑ ورا ہو شیر جانور تھا۔ اس نے اپنا شبہ

آپ جی بیان کرنے لگے۔ سب کو یقین ہو گیا کہ

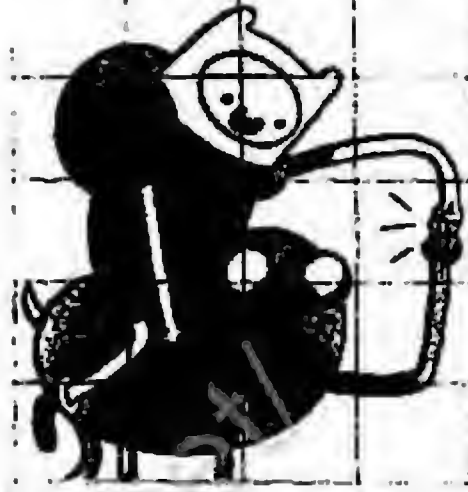
علم کاپیا

ندی کے کنارے پر بیٹھا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا
جہالت کی مجھ کو سزا ہے ملی
کہ کھلتی نہیں میرے دل کی گئی
دکھوں کا الم دل ہے سہتا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا
یہ سرسبز میداں، حسین وادیاں
ہیں پھولوں سے لبریز شاہ زادیاں
ہے دریا بھی دو رویہ بہتا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا
میں پڑھنے سے بھاگا تھا اسکول سے
یہ غلطی میری ہوئی بھول سے
سندر بنوں گا میں بہتا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا
میں اپنے وطن کا سہارا بنوں
میں ملت کی آنکھوں کا تارا بنوں
چمن میں کھلوں پھول مہکا ہوا
اک لڑکا ملا تھا یہ کہتا ہوا

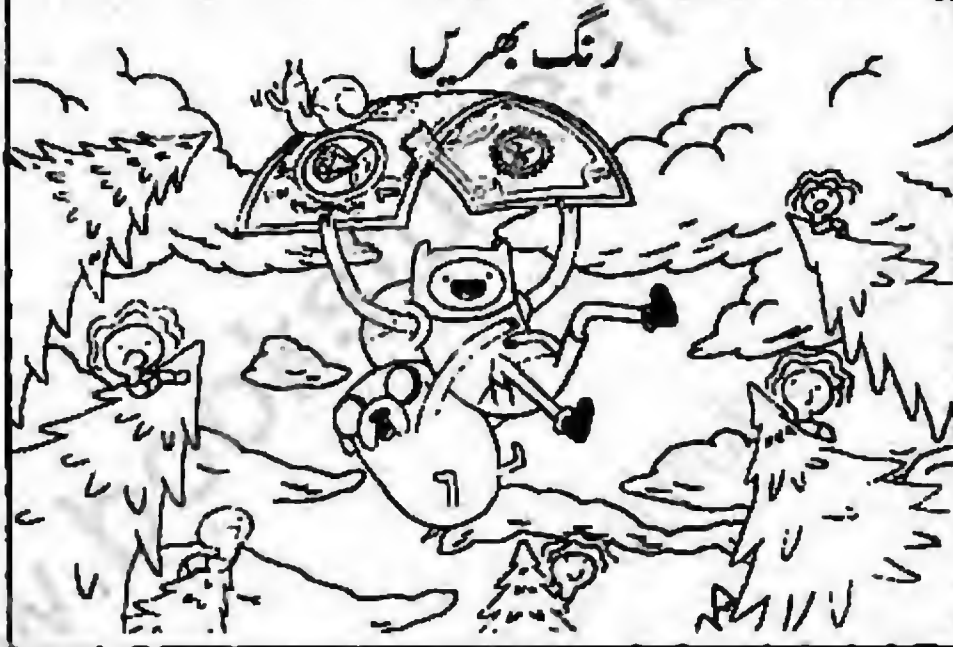
(مرسلہ: عروسہ خانہ - اسلام آباد)

بندر برہے۔ "بندر نے لاپرواہی سے جواب
دیا۔ "اس سے سہرا اور دکام ہے۔"
"تو آئیے سہرا کو چلیں۔" خرگوش بولا۔
"نہیں بھئی! بالکل موڈ نہیں ہے۔" بندر
لاپرواہی سے بولا۔
"آکھ مچولی بھی نہیں کھیندے...." خرگوش
نے اشتیاق سے پوچھا۔
بندر بولا، "نہیں، مجھے بچوں کے کھیل پسند
نہیں آتے۔"
خرگوش نے حیرانی سے پوچھا، "تو پھر کونسا کھیل
پسند ہے تمہیں....؟"
بندر بولا، "رستا کشی۔"
خرگوش مان گیا۔ بندر نے جھٹ پٹ خرگوش کی
ذم سے رستا باندھا۔ اس کا دوسرا ہر ادرخت سے
باندھ کر بولا، "کھینچئے رستا۔"
اب خرگوش رستا کھینچنے میں مصروف رہا۔ ادھر
بندر سب جانوروں کو بلا لایا۔
خرگوش انہیں آتے دیکھ کر چوتھنا ہوا اور ساری
بات بھانپ گیا۔ اس نے ذم چھڑانے کی کوشش کی
لیکن کامیاب نہ ہو سکا۔
بے چارہ خرگوش پکڑا ہی گیا، جانوروں نے سزا
کے طور پر اس کی ذم کاٹ ڈالی اور اس کے کانوں کو
زور زور سے کھینچا۔
کہتے ہیں میناں خرگوش کے کان اس روز سے ہی
لپے ہیں اور اسی دن سے خرگوش جنگل کے جانوروں
سے علیحدہ رہتا ہے۔

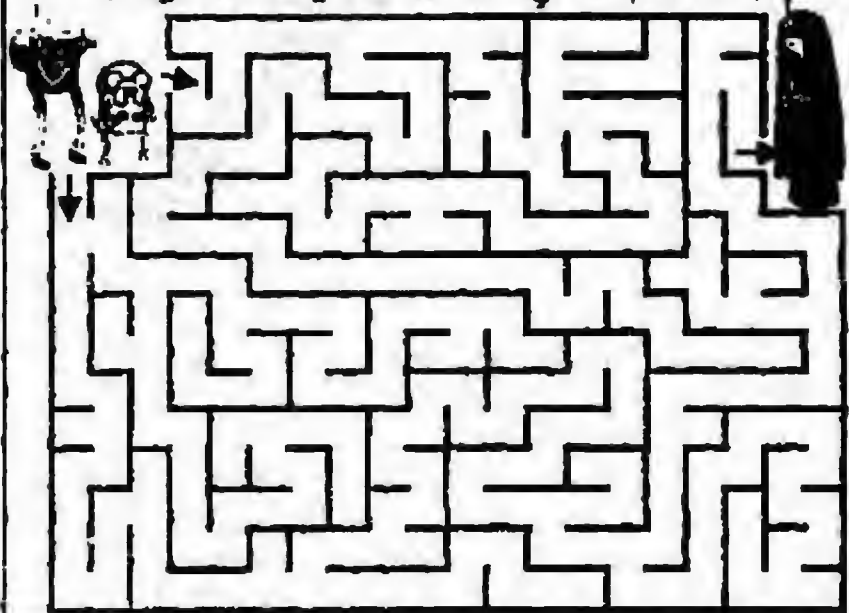
تصویر دیکھ کر سامنے دئے گئے خانوں میں کا اس تصویر کا ہو بہو عکس بنائیں....



رنگ بھریں



شہزادی بیل گم تک پہنچنے میں "فن" اور جیک کی مدد کریں ..



مصوّر
بنیں





☺... کسی شہر میں بہت بارشیں
ہوئیں اور سیلاب آگیا۔ بڑے بھائی
نے احتیاطاً اپنے چھوٹے بھائی کو
دوسرے شہر خالہ کے گھر بھیج دیا
اور ساتھ ہی ایک خط لکھا کہ
”ہمارے شہر میں سیلاب آگیا
ہے۔ چھوٹے بھائی کو آپ کے
گھر بھیج رہا ہوں۔“

”گائے اور گھاس“ ہے۔
دوست: مگر تصور تو بالکل
خالی ہے۔
مصور: گائے گھاس کھا کر آگے
جا چکی ہے۔

(مرسلہ: محمد اصغر۔ لاہور)
☺... مریض: ڈاکٹر صاحب! مجھے
بھوک نہیں لگتی۔
ڈاکٹر: تو لہنا کھانا مجھے دے جلیا کرو۔

(مرسلہ: عزیز رب رضہ۔ کراچی)
☺... گڈورو تھوڑا گھر آیا تو ماں نے
پوچھا: بیٹے کیوں رو رہے ہو...؟
گڈو: ماسٹر صاحب نے مارا ہے۔

ماں: کیوں مارا ہے انہوں نے...؟
گڈو: ماسٹر صاحب کی کرسی پر
روشنائی گری ہوئی تھی وہ بیٹھنے لگے تو
میں نے سوچا جان کے کپڑے خراب
ہو جائیں گے۔ بس میں نے پیچھے سے
کرسی کھینچ لی۔

(مرسلہ: وحید احمد۔ لاہور)
☺

☺... جہاں (پیشی سے): منی! تم
کیوں روتی ہو...؟
منی: میری جان پڑواؤں گے میں کیل
ٹھونک رہے تھے کہ اتھوڑی ان
کے ہاتھ سے چھوٹ کر پاؤں پر
کر گئی۔

ماں: تو اس میں رونے کی کیا بات
ہے...؟ ایسی باتوں پر ہنس دیا
کرتے ہیں۔

منی: (روتے ہوئے): میں ہنسی
ہی تو تھی۔

(مرسلہ: جمیلہ احمد۔ کراچی)

☺... بی (ام کے درخت پر
چڑھتے ہوئے لڑکے سے): فوراً نیچے
اتر آؤ ورنہ ابھی جا کر تمہارے ابو سے
شکایت کرتا ہوں۔

لڑکا: کہیں جانے کی ضرورت نہیں۔
ابو ساتھ والے درخت پر چڑھے
ہوئے ہیں۔

(مرسلہ: مصباح فتح۔ کراچی)

☺... سپاہی (سائیکل سوار سے):
دک جلاؤ تمہاری سائیکل کی جی
نہیں ہے۔

سائیکل سوار: جناب! آگے سے
ہٹ جاؤں گا۔ اس کی بریک بھی
نہیں ہے۔

(مرسلہ: محمد حیدر)
شاہد۔ راولپنڈی)

ایک بچے بعد بڑے بھائی کو خالہ کا
خط ملا ”سیلاب کو میرے پاس بھیج دو
اور اپنے چھوٹے بھائی کو
واپس بلا لو۔“

(مرسلہ: نبیہا جبار۔ کراچی)

☺... چوہا (ہاتھی سے): تمہاری
عمر کیا ہے...؟
ہاتھی: دو سال۔ اور تمہاری...؟

چوہا: عمر تو میری بھی دو سال ہی ہے
لیکن ذرا بیمار رہتا ہوں۔

(مرسلہ: مہتاب خان۔ کوئٹہ)

☺... شاکر د (استاد سے): کیا
آپ اس بچے کو سزا دیں گے جس
نے کچھ نہ کیا ہو...؟
استاد: بالکل نہیں۔

شاکر د: میں نے آپ کا دیا ہوا
ہوم ورک نہیں کیا۔

(مرسلہ: طوبی دانش۔ کراچی)

☺... ایک مصور (اپنے دوست
سے): میری اس تصویر کا عنوان

پاکستان کا مستقبل



مرکزی مراقبہ ہال

سرجانی ٹاؤن کراچی میں جذبہ خدمت خلق کے تحت جمعے کے روز خواتین و حضرات کو بلا معاوضہ روحانی علاج کی سہولت مہیا کی جاتی ہے۔ خواتین و حضرات کو جمعے کی صبح 7:45 بجے ملاقات کے لئے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات صبح 8 سے 12 بجے دوپہر تک ہوتی ہے اور ہفتے کی دوپہر 3:45 بجے نمبر دیئے جاتے ہیں اور ملاقات 4 بجے سے شام 7 بجے تک ہوتی ہے۔ ہر ہفتے، بعد نماز جمعہ عظیمہ جامع مسجد سرجانی ٹاؤن میں اجتماعی محفل مراقبہ منعقد ہوتی ہے جس میں درود شریف، آیت کریمہ کا ختم اور اجتماعی مراقبہ کے بعد دعا کی جاتی ہے۔ جمعے اور ہفتے کے علاوہ خواتین و حضرات ملاقات کے لئے زحمت نہ کریں۔ محفل مراقبہ میں دعا کے لئے اپنا نام، والدہ کا نام اور مقصد دعا تحریر کر کے ارسال کیجیے۔ جن خوش نصیبوں کے حق میں اللہ رحیم و کریم نے ہماری دعائیں قبول فرمائی ہیں وہ اپنے گھر میں محفل میلاد کا انعقاد کرائیں اور حسب استطاعت غریبوں میں کھانا تقسیم کریں۔

شکر۔ خاندان چوہدری۔ خاور اسلم۔ محضری شاہد۔ شعیب الزمان۔
دانیل حسن۔ دانیل علی۔ دانیل عاصم۔ درخشاں ایجم۔ درخشاں
مقصود۔ دروانہ بنت غازی۔ دلاور غفور۔ ذکیہ رحمانہ۔ دیشان کمال۔
دیشان احسن۔ رئیس الشاہ بیگم۔ راجہ عبدالملک۔ راجہ علی۔ راحت
اخلاق۔ راجہ نسرین۔ راشد محمود خان۔ رائی۔ رحمت بی بی۔ رحمانہ بی
بی۔ رحمانہ یاسمین۔ رخشیدہ ظفر۔ رضوان احمد۔ رضوانہ ناز۔ رضوانہ
ناصر۔ رضیہ اقبال۔ رفعت مقصود۔ رفعت عابد۔ رفعت ام۔ رفیع
فردوس۔ رشاد احمد۔ رمیز یاسر۔ روینہ اسلم۔ روینہ اکرم۔ روینہ
ذوالفقار۔ روینہ یاسمین۔ روینہ اسلم۔ روینہ اشرف۔ روینہ شاد۔
ریاض خمیر۔ ربیعہ علی۔ ربیعہ خانم۔ ربیعہ ملک۔ ربیعہ ناز۔ ربیعہ
یاسمین۔ ربیعہ جاوید۔ زاہد حسین۔ زاہد سعید۔ زاہد لطیف۔ زاہد
پروین۔ زبیرہ ناز۔ زبیرہ علی۔ زر کاخان۔ زہینہ احمد۔ زہینہ صدیقی۔
زنگنه تبسم۔ زنگنه خالد۔ زنگنه شاہد۔ زنگنه عادل۔ سائرہ بی بی۔ ساجد
اقبال۔ ساجد وسیم۔ ساجد امین۔ ساجد بیگم۔ ساجد عادل۔ ساجد شاہد۔
سحر انور۔ سرشار جہاں۔ سرور کاشف۔ سہ قمری۔ سہید افتخار۔
سہید ہاجن۔ سہیدہ ناز۔ سعید احمد۔ سعیدہ بی بی۔ سکینہ بانو۔ سلطان
دن۔ سلطان علی۔ سلطان خان۔ سلمان احمد۔ سلمان علی۔ سلوی
بیگم۔ سلمہ آفاق۔ سلمہ انجم۔ سمیرا انصاری۔ سمیرا اسکول۔ سہیل
فاطمہ۔ سنیل ریاض۔ سنیل الطمر۔ سید احمد علی۔ سید آصف علی۔ سید

کراچی:- آئندہ احمد۔ آئندہ بیگم۔ آئندہ شکر۔ آئندہ
احمد۔ آئندہ طاہر۔ آئندہ خان۔ آئندہ حسن۔ آصف علی۔ آصف محمود۔
احسان اللہ خان۔ احسان ریاض۔ احسن ریاض۔ احمد فیصل۔ اختر
حسین۔ ارسلان خمیر۔ ارسلان خان۔ ارم خالد۔ ارم علی۔ ارم ارم۔
اسد شعیب۔ اسدیل قادری۔ اشتیاق شاہد۔ اشتیاق احمد گوندل۔ اشتیاق
احمد۔ آصف صدیقی۔ اجازت امین۔ اعظم علی۔ آفتاب احمد۔ آفتاب
شاہ۔ اطہری بیگم۔ اظہار اللغات۔ افضل خان۔ انبر علی۔ ارم
دلاور۔ امتیاز احمد۔ امتیاز علی۔ امتیاز حسین۔ امیر ہدینہ۔ انجم صدیقی۔
انجم شاکر۔ انجم نور۔ انور جہاں۔ انیدہ بانو۔ انیدہ فتنہ۔ انیدہ حسن۔ انیدہ
ریاض۔ انیس خان۔ ایوب شیخ۔ بلال بانو۔ بشری آفتاب۔ بشری
احمد۔ بشری لائش۔ بلال حامد بنت۔ بلال قریشی۔ بھیس بی بی۔ بھیس
اشتیاق۔ بی بی خدیجہ۔ پروین انور۔ پروین اختر۔ جانش بشیر۔ تاج
الہ دین۔ فہیمہ سید۔ فہیمہ فاطمہ۔ تحریہ سہد خور اختر۔ تمینہ
انور۔ تمینہ مقصود۔ تیمور خان۔ ثاقب سید اوردی۔ ثروت سلطانہ۔
ثروت شہزادہ۔ ثریا ارشد۔ ثریا بی بی۔ ثمنہ منظور۔ ثمنہ شمشیر۔ ثوبہ
پروین۔ جاوید امیر۔ جاوید علی۔ جمشید اقبال۔ جیلہ بیگم۔ جیلہ بانو۔
جیلہ اختر۔ جویریہ سحر۔ جیا محمود۔ حانی مراد۔ حانی یاقوت۔ حنفہ
اشفاق گوندل۔ حنفہ جیل۔ حبیب احمد۔ حسن قادری۔ حسین محمد۔
حفصہ احمد۔ حفصہ بی بی۔ حمیرا جمین۔ حمیرا انیس۔ حمیرا شہزادہ۔ من

توفیق ریاض - کوثر اقبال - انبہ نادل - نبی اشفاق - نبی نور - ماجد
عزیز - جہ محمد - جہاد ذوق - درجہ محمود - نور علی - مجاہد حسین -
حبیب احمد - محبوب عام - حسن سکندر - محمد ابراہیم - محمد احسن - محمد
احمد - محمد اسلم - محمد امین - محمد آصف - محمد امیر - محمد آلای - محمد
انفیل خان - محمد انفیل شاہ - محمد انفیل علی - محمد آرشد - محمد امین - محمد
انش - محمد انور الدین - محمد انتہا - محمد بدیع الخضر - محمد پرویز - محمد
جنید - محمد حسن شہد - محمد حسن عظیم - محمد حسین علی - محمد حنیف - محمد
خالد خان - محمد خزان - محمد رفیق - محمد راج خان - محمد ساجد لطیف - محمد
سازن - محمد سرود شاہ - محمد سلطان - محمد سلیمان خان - محمد سینا - محمد
شاہد - محمد شفیع - محمد اختر - محمد عرف - محمد م - محمد عثمان - محمد فیروز
محمد سی - محمد عمر - محمد عمران - محمد فہیم خان - محمد ناصر - محمد نبیل
مصطفیٰ - محمد ندیم خان - محمد نعیم - محمد نوید احمد - محمد ہاشمی - محمد
یاسر - محمد یوسف - محمد یونس - محمد اعظم - محمد حنیف -
محمد عبد الخضر - محمد بنامہ - محمد بیا - محمد ثناء - محمد داؤد خان - مرزا ناہ
بابر - مرزا عمیر حفیظ - مرزا فیصل - مرزا ادیس - مرزا کاظمی - مسعود
احمد - مسعود کمال - مشتاق احمد - صدوق خان - مصطفیٰ مظہر - مصطفیٰ
علی - مطلب حسین - معزز حیدر - متبول نامہ - مقصود احمد - مقصور
نامہ - میر احمد - میر خان - میر سعید - ممتاز اعظم - منصور - منظور عالم -
منور بابر - منور سلطان - منیر ہاشمی - منیرہ سلیم - موسیٰ خان - میر
الکرام میرین احمد - میر جمیں - میر گلبرگ الدین - میوند ظہیر - نازی
افروز - نازش جمال - ناصر عزیز - نصیر احمد - نبی حابر - نبیل خان - نبیلہ
تبسم - نجم عرفان - نہایتیور - نہایتیور ارشد - نزہت آزاد - نسرت اختر -
نسرت خاں - نسرت جاوید - نسرت حیدر - ناصر فقید - نسیم احمد - نسیم
اختر - نسیم صوبہ - نسیم مسعود - نصرت ارشد - نصرت الدین - نعمان
خان - نصیر ہوشی - نصیر عظیم - نصیر وحید - نصر دھانی - نصیر احمد - نکبت
سیما - نصیر آفریدی - نور بانول - نور نواز - نواز شاہ نور الحق - نور
جہاں - نوشین - نوید احمد - نوید سعید - نوید فیض - نوید فیصل - نہال احمد
صدیقی - واجد نبی - واسط حسین - واجی الدین - واجہہ خان - وحید
انور - ذوالفقار - ذاکریا - ذاکریا - ذاکریا - ذاکریا - ذاکریا - ذاکریا -

ہیدر آباد :- اہل - احمد سعید - احمدیہ - احمد نسیم - احمد
 احمد علی - اختر محمد - اورچند - اورسلان - ارشد - ارشد علی - اویس - اصمد
 اسد - اصوار - حسین - آصف - قاضی - آصف - اعظم - افتخار احمد -
 اکسین - اقبال علی - اقبال - قادیان - بھٹی - امیرین - امجد محمد - امیر
 بشیر - امیر - آمینہ - انور سعید - انیس - بدر علی - بھٹی شاد - بشری
 سعید - شرفی - شمس - بی بی انور - جابند - جنس - حسین - قصور جمیل -
 حنین - قاضی - غازی - ثروت - شایان - شہینہ نور - شہینہ - شاہ



فاطمہ۔ شہ لیس۔ شاہ گل۔ شہ نور۔ شاہ جان محمد۔ جاوید۔ جعفر۔
 حمید۔ چمنزب۔ عارث۔ حافظ نسیم۔ حافظ۔ حبیب عالم۔ حسین
 بخش۔ حسین۔ حسین۔ حیدر۔ حفظہ۔ حفظہ۔ حفصہ۔ حمید۔ حمیرا۔
 حیدر علی احمد۔ حیدر۔ خدیجہ۔ خالدہ۔ خرم شہزاد۔ خرم طیل۔
 خواجہ راجہ۔ دانش۔ دانش۔ دلاور حسین۔ دانش۔ راجہ۔ راحت
 فاطمہ۔ راجہ۔ راشدہ۔ رحمن۔ رحمت۔ رحیم۔ رخسانہ احمد۔ رسول
 بخش۔ رضا علی۔ رضوانہ خاں۔ رضیہ مجید۔ رفیق شہزاد۔ روینہ غوری۔
 روینہ اشرف۔ ریاست علی۔ ریاست خان۔ ریونہ علی۔ زاہد محمود۔
 زدنہ عاشر۔ زویہ جمین۔ زبرد حیدر۔ زاہد شفیق۔ زیبا احمد۔ سدرہ
 کاظمی۔ سدرہ شاہ۔ سدیعہ مصور۔ سلمان رنج۔ سلمان فاطمہ۔ سہلی
 روین۔ سمیع اللہ۔ سمیع غور۔ سونیا علی۔ سید امجد علی شاہ۔ سید کاشف۔
 سید محمد منور۔ سید لبریز بانو۔ سیما کبیر۔ سیما شانتہ رضا۔ شاد زیب۔
 شاہ جمال۔ شاہد نسیم۔ شاہد بانو۔ شرمین سکول۔ شفتہ جاوید۔ شہناز
 قادری۔ شمس الدین۔ شمع حیدر۔ شمیم جمیل۔ شہناز خلد۔ شہناز خلد۔
 صائمہ مجید۔ صادقہ حبیبہ۔ صافیہ علی۔ صدف نیس۔ صفیہ حسن۔ صفیہ
 اختر۔ صفیہ بیگم۔ صنوبر شفیق۔ ضمیرہ بیگم۔ ضیاء خلد۔ خازن جمیل۔
 ظاہر محمود۔ ظاہر احمد۔ ظاہرہ طفیل۔ ظارف جمیل۔ حاصہ بی بی۔ حار
 احمد۔ عامر سنج۔ عامر ضیاء۔ عامر اسد۔ عبد الغفور۔ عبد اللہ۔
 عبد العظیم غوری۔ عبد الغفور۔ عبد الحق۔ عبد اکرم۔ عبد الوحید۔
 عبین۔ علی اکبر۔ علی محمد۔ علی رضوان۔ علی نواز۔ عیثیٰ زاہد۔ عمران
 خان۔ غلام علی۔ غلام فاطمہ۔ فاطمہ علی۔ فرمان احمد۔ فرمان
 طاہر۔ فرخندہ حامد۔ فرزاد جمید۔ فرکان علی۔ فرکان حنیف۔ فہیدہ
 شہناز۔ فلک محمد۔ فہیم اختر۔ فہیم اللہ۔ سندھ محمود۔ سکول مجید۔ سکول
 علی۔ کوثر پروین۔ کوثر ضمیر۔ کوثر شاہد۔ کوثر شہناز۔ گل رش۔ گلزار
 مجید۔ لایہ قر۔ لاریب قاضی۔ لیلیٰ رضا۔ لیلیٰ انور۔ لیلیٰ کاشف۔ لیلیٰ
 قاضی۔ نسیم احمد۔ نسیم علی۔ محمد محسن۔ محمد ارشد۔ محمد اسلم۔ محمد
 اعظم۔ محمد لان اللہ۔ محمد امجد۔ محمد انور۔ محمد ہادیہ۔ محمد جمیل۔ محمد
 حمید۔ محمد جواد۔ محمد حیات۔ محمد دانش۔ محمد ذہر۔ محمد شاہ۔ محمد
 شعیب۔ محمد صادق۔ محمد علی۔ محمد علیم۔ محمد عیاد۔ محمد عمران۔ محمد فیصل۔
 محمد گل۔ محمود حسین۔ مشتاق احمد۔ مصطفیٰ حیدر۔ مطلب الحق۔ مقصود
 حسن۔ منصور رضیہ۔ منصور مرزا۔ منور سلطانہ۔ منیر خالد۔ مبش خان
 آفریدی۔ ناصر نعمان۔ نایبہ انتہا۔ نجمہ آبر۔ نزبت حسین۔ نسیم
 محلی۔ نسیم احمد۔ نسیم احمد۔ نسیم بیگم۔ نور احسن۔ نور النساء۔ نور
 جہاں۔ نور محمد۔ نور نگر۔ نورین اختر۔ نورین۔ نوشہہ قیوم۔ نوشین
 انور۔ نوید اقبال۔ نیر احمد۔ دانش علی۔ دانش علی۔ وحید علی۔ وحید علی۔
 بی۔ ہدون اشرف۔ ہانیس۔ ہمزہ خاں۔ ہمزہ عارف۔ یاسین کوش۔
 یاقوت شاہزیب۔ یعقوب ابراہیم۔

تعارف: ابو بکر۔ احمد اقبال۔ احمد حسن۔ اسلم شاہ۔ ارشد۔ احمد
 علی۔ ارم۔ اسد اسلم۔ اسلم۔ اسلم۔ اشفاق۔ اشرف۔ اصغر۔ آصف۔
 آصف۔ انجرام احمد۔ اقبال۔ آرام اللہ۔ آمنت بی بی۔ آمنت۔ انجم رضا۔
 انیرہ بنت۔ بانو اقبال۔ بشریٰ۔ جمال صابر۔ پائیزہ۔ پروینہ۔ حمیرہ۔
 حنین۔ فہیمہ۔ شہناز۔ ثوبیہ۔ جاوید۔ جاوید۔ جہانگیر۔ حنا عمر۔ حیدر علی۔
 خالدہ۔ خلیل احمد۔ داؤد۔ دھانی فاطمہ۔ دل نواز۔ دیشان۔ ماحیل احمد۔
 رضوان۔ رفعت۔ رقیہ۔ دل اشرف۔ روینہ۔ زاہد حسین۔ زاہد محمود۔
 زاہد۔ زاہد بیگم۔ زاہدہ زینت۔ سائرہ بانو۔ سائرہ۔ ساجدہ بیگم۔ سجن
 جاوید۔ سدرہ سعیدہ۔ سلمان۔ سلٹی اشفاق۔ سرا۔ سمیر۔ سہلی
 احمد۔ سید داحض علی۔ شانتہ جمین۔ شادیہ۔ شاہ رحمن۔ شاہ
 رسول۔ شاہ محبوب۔ شاہد۔ شہناز۔ شیر حسین۔ شکیل۔ شفتہ۔
 شکیل۔ صابر۔ صحر۔ ضمیر الحق۔ خازنہ۔ خازنہ لطیف۔ طفیل۔ ظفر
 احمد۔ ظہور۔ عائشہ۔ جاوید بیگم۔ جعفر۔ جعفر۔ جعفر۔ جعفر۔
 محمود۔ عباس۔ عثمان۔ عرقا۔ عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔
 عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔ عرقان۔
 عباس۔ غلام محمد۔ فخر۔ فخر۔ فخر۔ فخر۔ فخر۔ فخر۔ فخر۔ فخر۔
 جاوید۔ نبیہ۔ قدوسیہ۔ قرۃ الحسنین۔ کاکات۔ کامران۔ کامران۔ کزول۔
 کدو۔ مہرک علی۔ مشرف محمد احمد۔ محمد ارشد خان۔ محمد اسلم۔ محمد
 اصغر۔ محمد بابہ۔ محمد راشد۔ محمد زبیر۔ محمد شہزاد۔ محمد عرقان۔ محمد علی۔
 محمد عمر۔ محمد عمران۔ محمد ہادیہ۔ محمد نواز۔ محمد نور۔ محمد قاسم۔ محمد شہناز۔
 محمد حسین۔ مریمہ۔ مظہر اقبال۔ ملک فاطمہ سعیدہ۔ ملک وحید۔ منظور
 احمد۔ منیر احمد۔ مہرینہ ناصر۔ مہک۔ مہناز۔ میوش۔ مہاں مشتاق احمد۔
 نجمہ۔ نسیم۔ نصرت۔ نعمان۔ نسیم احمد۔ نسیم علی۔ نسیم۔ نورین۔ نوید
 احمد۔ نوید حسین۔ نسیم۔ نسیم اسلم۔ نسیم۔ نسیم۔ نسیم۔ نسیم۔

دانش / اسلام آباد : آصف جاوید۔ آصف
 خان۔ آصف عباس۔ اویس محمد ملک۔ بانو ثبوت پرین۔ بشیر بیگم۔
 بادل حسین۔ بنت حوا۔ ہرود حیدر۔ بیٹش حسن۔ بیٹش عامر۔ بلال
 تھویر اقبال۔ ثریہ ثوبیہ۔ تبسم۔ حافظہ مہناز۔ حسن اختر۔ سعیدہ حمیرا۔
 خالدہ محمود احوان۔ خالدہ بی بی۔ خالدہ بیگم۔ خورشید بی بی۔ خورشید بی بی۔
 یوسف۔ خورشید بیگم۔ دانیال۔ محمد ذوالقادر۔ ذیشان محمد ملک۔ راجہ بی
 بی۔ راجہ۔ راجہ محمد اقبال۔ رست بی بی۔ رحیم جان۔ رضیہ بیگم۔ رحیم۔
 رقیہ بی بی۔ اشرفہ روینہ۔ ریحانہ بی بی۔ ریحانہ۔ زبیدہ بی بی۔ زبیدہ۔
 زیب بی بی۔ سائرہ سہ الحسنین۔ سین۔ عرش شہزاد۔ سرداران بانو۔
 سرداران بی بی۔ سرور جان۔ سعیدہ۔ سکندر۔ احوان۔ سکندر۔
 خان۔ سکینہ بی بی۔ سلطان بیگم۔ سلمان حیدر۔ منہ حیدر۔ شادیہ۔ شادیہ
 سکول۔ شانتہ۔ شاہد بی بی۔ شہناز بیگم۔ شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔
 شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔ شہناز۔

۱۰۰
 ۱۰۱
 ۱۰۲
 ۱۰۳
 ۱۰۴
 ۱۰۵
 ۱۰۶
 ۱۰۷
 ۱۰۸
 ۱۰۹
 ۱۱۰
 ۱۱۱
 ۱۱۲
 ۱۱۳
 ۱۱۴
 ۱۱۵
 ۱۱۶
 ۱۱۷
 ۱۱۸
 ۱۱۹
 ۱۲۰
 ۱۲۱
 ۱۲۲
 ۱۲۳
 ۱۲۴
 ۱۲۵
 ۱۲۶
 ۱۲۷
 ۱۲۸
 ۱۲۹
 ۱۳۰
 ۱۳۱
 ۱۳۲
 ۱۳۳
 ۱۳۴
 ۱۳۵
 ۱۳۶
 ۱۳۷
 ۱۳۸
 ۱۳۹
 ۱۴۰
 ۱۴۱
 ۱۴۲
 ۱۴۳
 ۱۴۴
 ۱۴۵
 ۱۴۶
 ۱۴۷
 ۱۴۸
 ۱۴۹
 ۱۵۰
 ۱۵۱
 ۱۵۲
 ۱۵۳
 ۱۵۴
 ۱۵۵
 ۱۵۶
 ۱۵۷
 ۱۵۸
 ۱۵۹
 ۱۶۰
 ۱۶۱
 ۱۶۲
 ۱۶۳
 ۱۶۴
 ۱۶۵
 ۱۶۶
 ۱۶۷
 ۱۶۸
 ۱۶۹
 ۱۷۰
 ۱۷۱
 ۱۷۲
 ۱۷۳
 ۱۷۴
 ۱۷۵
 ۱۷۶
 ۱۷۷
 ۱۷۸
 ۱۷۹
 ۱۸۰
 ۱۸۱
 ۱۸۲
 ۱۸۳
 ۱۸۴
 ۱۸۵
 ۱۸۶
 ۱۸۷
 ۱۸۸
 ۱۸۹
 ۱۹۰
 ۱۹۱
 ۱۹۲
 ۱۹۳
 ۱۹۴
 ۱۹۵
 ۱۹۶
 ۱۹۷
 ۱۹۸
 ۱۹۹
 ۲۰۰
 ۲۰۱
 ۲۰۲
 ۲۰۳
 ۲۰۴
 ۲۰۵
 ۲۰۶
 ۲۰۷
 ۲۰۸
 ۲۰۹
 ۲۱۰
 ۲۱۱
 ۲۱۲
 ۲۱۳
 ۲۱۴
 ۲۱۵
 ۲۱۶
 ۲۱۷
 ۲۱۸
 ۲۱۹
 ۲۲۰
 ۲۲۱
 ۲۲۲
 ۲۲۳
 ۲۲۴
 ۲۲۵
 ۲۲۶
 ۲۲۷
 ۲۲۸
 ۲۲۹
 ۲۳۰
 ۲۳۱
 ۲۳۲
 ۲۳۳
 ۲۳۴
 ۲۳۵
 ۲۳۶
 ۲۳۷
 ۲۳۸
 ۲۳۹
 ۲۴۰
 ۲۴۱
 ۲۴۲
 ۲۴۳
 ۲۴۴
 ۲۴۵
 ۲۴۶
 ۲۴۷
 ۲۴۸
 ۲۴۹
 ۲۵۰
 ۲۵۱
 ۲۵۲
 ۲۵۳
 ۲۵۴
 ۲۵۵
 ۲۵۶
 ۲۵۷
 ۲۵۸
 ۲۵۹
 ۲۶۰
 ۲۶۱
 ۲۶۲
 ۲۶۳
 ۲۶۴
 ۲۶۵
 ۲۶۶
 ۲۶۷
 ۲۶۸
 ۲۶۹
 ۲۷۰
 ۲۷۱
 ۲۷۲
 ۲۷۳
 ۲۷۴
 ۲۷۵
 ۲۷۶
 ۲۷۷
 ۲۷۸
 ۲۷۹
 ۲۸۰
 ۲۸۱
 ۲۸۲
 ۲۸۳
 ۲۸۴
 ۲۸۵
 ۲۸۶
 ۲۸۷
 ۲۸۸
 ۲۸۹
 ۲۹۰
 ۲۹۱
 ۲۹۲
 ۲۹۳
 ۲۹۴
 ۲۹۵
 ۲۹۶
 ۲۹۷
 ۲۹۸
 ۲۹۹
 ۳۰۰
 ۳۰۱
 ۳۰۲
 ۳۰۳
 ۳۰۴
 ۳۰۵
 ۳۰۶
 ۳۰۷
 ۳۰۸
 ۳۰۹
 ۳۱۰
 ۳۱۱
 ۳۱۲
 ۳۱۳
 ۳۱۴
 ۳۱۵
 ۳۱۶
 ۳۱۷
 ۳۱۸
 ۳۱۹
 ۳۲۰
 ۳۲۱
 ۳۲۲
 ۳۲۳
 ۳۲۴
 ۳۲۵
 ۳۲۶
 ۳۲۷
 ۳۲۸
 ۳۲۹
 ۳۳۰
 ۳۳۱
 ۳۳۲
 ۳۳۳
 ۳۳۴
 ۳۳۵
 ۳۳۶
 ۳۳۷
 ۳۳۸
 ۳۳۹
 ۳۴۰
 ۳۴۱
 ۳۴۲
 ۳۴۳
 ۳۴۴
 ۳۴۵
 ۳۴۶
 ۳۴۷
 ۳۴۸
 ۳۴۹
 ۳۵۰
 ۳۵۱
 ۳۵۲
 ۳۵۳
 ۳۵۴
 ۳۵۵
 ۳۵۶
 ۳۵۷
 ۳۵۸
 ۳۵۹
 ۳۶۰
 ۳۶۱
 ۳۶۲
 ۳۶۳
 ۳۶۴
 ۳۶۵
 ۳۶۶
 ۳۶۷
 ۳۶۸
 ۳۶۹
 ۳۷۰
 ۳۷۱
 ۳۷۲
 ۳۷۳
 ۳۷۴
 ۳۷۵
 ۳۷۶
 ۳۷۷
 ۳۷۸
 ۳۷۹
 ۳۸۰
 ۳۸۱
 ۳۸۲
 ۳۸۳
 ۳۸۴
 ۳۸۵
 ۳۸۶
 ۳۸۷
 ۳۸۸
 ۳۸۹
 ۳۹۰
 ۳۹۱
 ۳۹۲
 ۳۹۳
 ۳۹۴
 ۳۹۵
 ۳۹۶
 ۳۹۷
 ۳۹۸
 ۳۹۹
 ۴۰۰
 ۴۰۱
 ۴۰۲
 ۴۰۳
 ۴۰۴
 ۴۰۵
 ۴۰۶
 ۴۰۷
 ۴۰۸
 ۴۰۹
 ۴۱۰
 ۴۱۱
 ۴۱۲
 ۴۱۳
 ۴۱۴
 ۴۱۵
 ۴۱۶
 ۴۱۷
 ۴۱۸
 ۴۱۹
 ۴۲۰
 ۴۲۱
 ۴۲۲
 ۴۲۳
 ۴۲۴
 ۴۲۵
 ۴۲۶
 ۴۲۷
 ۴۲۸
 ۴۲۹
 ۴۳۰
 ۴۳۱
 ۴۳۲
 ۴۳۳
 ۴۳۴
 ۴۳۵
 ۴۳۶
 ۴۳۷
 ۴۳۸
 ۴۳۹
 ۴۴۰
 ۴۴۱
 ۴۴۲
 ۴۴۳
 ۴۴۴
 ۴۴۵
 ۴۴۶
 ۴۴۷
 ۴۴۸
 ۴۴۹
 ۴۵۰
 ۴۵۱
 ۴۵۲
 ۴۵۳
 ۴۵۴
 ۴۵۵
 ۴۵۶
 ۴۵۷
 ۴۵۸
 ۴۵۹
 ۴۶۰
 ۴۶۱
 ۴۶۲
 ۴۶۳
 ۴۶۴
 ۴۶۵
 ۴۶۶
 ۴۶۷
 ۴۶۸
 ۴۶۹
 ۴۷۰
 ۴۷۱

محراب دین۔ گلزار نبی۔ گلشن طور۔ گلزار عظیم۔ بقی شایان۔ محسن۔
 محمد انور۔ محمد ارشد۔ محمد اسلم۔ محمد آصف۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد
 وقیع۔ محمد شفیق۔ محمد کلیس۔ محمد صادق۔ محمد عثمان۔ محمد عزیز۔ محمد
 نعیم۔ محمد مسکن۔ محمد عثمان۔ محمد نواز۔ محمد شراعت۔ حریم جنان۔ مسرت
 جہان۔ مصباح۔ ملک۔ بدر۔ مہربن شیخ۔ مہربن فاطمہ۔ مہاس۔ محمد۔ نازیہ
 حکیمہ۔ دازیہ کنول۔ نسیم احمد۔ نصیر الدین۔ نعمان۔ عجب۔ جمیل۔ عجب
 حنا۔ نور خانم۔ نور انور۔ نورین فاطمہ۔ نوشین اسلم۔ نوید اسلم۔
 نوید مسکن۔ نویدہ۔ وقار احمد۔ وقار احمد۔ وقار عدیل۔ یاسمین اختر۔

گجرات :- آغا شہزاد ارشد علی بی۔ قلیان۔ بابہ صدیق۔ باقی
 اختر۔ تاج المصطفیٰ۔ غور حسین۔ جاوید اقبال۔ جاوید اقبال۔ جاوید۔
 جمال بی بی۔ حافظ محمد اعظم۔ حسین بی بی۔ کبیر محمد ارشد۔ نور شید بی
 بی۔ داکو احمد۔ راجو بی بی۔ راشد محمود۔ ضوآن صاحب۔ رشید بی بی۔
 رفعت زاید۔ زریہ اختر۔ سائید۔ ساجد۔ ساجد۔ ساجد۔ ساجد۔
 شہزاد۔ سعید باور۔ سلیمان بی بی۔ علی احمد۔ شو بی بی۔ شہزاد
 سعید۔ شریف بی بی۔ شاکہ جمیل۔ شہزادان۔ شہزاد ویر۔ شہزاد
 صفیر۔ مسکن۔ صفیر بی بی۔ صابر احمد۔ صابر احمد۔ ظفر اقبال۔
 قسیر اقبال۔ علی باور۔ صابر جمیل۔ صابر جمیل۔ عبدالغفار۔ ظہیر۔
 نور محمد۔ نور حسین۔ نور محمد۔ نور محمد۔ نور حسین۔ نور
 اشرف۔ محمد شکیل۔ محمد صابر۔ محمد شکیل۔ محمد نواز۔ محمد يوسف۔ محمد
 یونس۔ محمد شہزاد نور۔ محمد شہزاد احمد۔ مسعود ویر۔ مقبول

تاریخ

احمد۔ مقصود۔ ملک محمد انوار۔ منظور پانی۔ تیاہ۔ بچہ۔ انشد۔ ندیم
اختر۔ تفریق۔ فیض پانی۔ گھٹ پانی۔ نوید اختر۔ ڈاکٹر سلیم۔ ڈاکٹر
نثار پانی۔ ڈاکٹر محمد بنہارون جلیل۔ یاسر اقبال۔

پیشاور:- آسیہ قریشی۔ آسیہ ندیمہ آصف صدیقی۔ آفتاب احمد قریشی۔ آمنہ اشرف۔ آمنہ نصیر۔ ابدال خان۔ اویہ فردوس۔ ارشاد بیگم۔ اصغر علی۔ الفوار احمد قریشی۔ امیر افسانہ انوری۔ بی۔ اویس بابہ۔ بشیر احمد۔ بشیر قاضی۔ سترلیہ عزیز۔ عیوب احمد۔ ثمنہ پرویز۔ ثناء الصغر۔ ثناء ستار۔ جمیلہ بی بی۔ محمد رفی بابہ حسین۔ حامد حسن تقویٰ۔ حسنین حسینہ بی بی۔ خالدہ بی بی۔ دانش احمد۔ ذوالفقار علی۔ رانی۔ چوہیدہ راشدہ۔ باب سلیم۔ ربیعہ منور۔ رشیدہ بی بی۔ رضیہ بی بی۔ ریحان الہی۔ زبیر۔ زین ندیم۔ زینت فردوس۔ ساجدہ بی بی۔ ساجدہ خاتون۔ ساجدہ محمود۔ ساجدہ مجاہد حسین۔ سدرہ کل۔ سدیہ سلیم۔ سدیہ کوثر۔ سعید اختر۔ سعید انور۔ سعیدہ جویری۔ سلمیٰ شکر۔ سیمہ سعید۔ سمیرا اجا۔ سمیع شیراز۔ شاہد صدیقی۔ شادیہ بی بی۔ شہنہ بی بی۔ شعیب ثاقب۔ شگفتہ حسین بھٹی۔ شگفتہ اللہ۔ شوکت چوہیدہ۔ شیدا حسین۔ صائمہ حرمیہ طیبہ منیر۔ عظمیٰ قبول بٹنی۔ تنہوا احمد چشتی۔ نازک اشرف۔ نازہ بی بی۔ ناصر شفیق۔ نقب ستار۔ عباسہ عبد السبیب خان۔ عبد الحفیظہ عبدالستار خان۔ عبد الرحیمہ راجہ حفیظہ۔ سی احمد۔ سی رضا۔ عمیر سلطان۔ عمیر نصیر۔ نثار عباس۔ فائزہ خدیجہ احمد۔ اذیت بی بی۔ قیسہ امین۔ قیسہ ندیم۔ کلثوم خدیجہ۔ قیسہ اللہ۔ کنیز قاضی۔ نواز شہبانو۔ نول شیر۔ لطیف اسماعیل۔ مہنا۔ سی محمد احمد۔ محمد ادریس۔ محمد ارشد۔ محمد اشرف۔ محمد اصغر۔ محمد آصف چشتی۔ محمد اقبال۔ محمد برہان۔ محمد امانہ۔ محمد حبیب۔ محمد فواد شہید۔ محمد روزاق۔ محمد رشید۔ محمد رمضان۔ محمد زمان۔ محمد سلیم۔ محمد سیمہ۔ محمد شہباز۔ محمد شریف۔ محمد شفیق۔ محمد صدیقی۔ محمد خاجہ سی۔ محمد مخیر۔ محمد مضر۔ محمد کامران۔ محمد لطیف۔ محمد نواز چشتی۔ محمد رحیمہ بی۔ محصورہ حمید۔ منکورد بی بی۔ میوش کیمبر۔ میوش لالہ۔ میاں افضل احمد نین۔ میاں قمر۔ نجمہ پروینہ۔ ندیمہ اختر۔ ذہبت خدیجہ۔ نصیر احمد۔ نعمان رزاق۔ نفیس ستار۔ نور الحسن۔ نوید اختر۔ فائزہ کامر۔ یاسر ندیم۔

سیالکوٹ: - آمنہ - ابراہیم خان - اجمل بیٹ - اجمل رسول - احمد حسین خاں - ارشد بی بی - ارشد بیگم - انعامہ تیموری سعید - اسلم - اسما - قر - اقبال بیگم - اقبال - احمد عباس - امینہ بیگم - امینہ - انجیا علیہ - انیسہ - مویہ - ادیس - بدلت - ہلال - بیگم اسلم - قشیر - قزاق - قنور - عباس - ثاقب - ثریا بیگم - ثمنہ - کوثر - ثمنہ - جوشیدہ - ریاض - جیلہ - جواد - چوہدری ریاض - چوہدری شام بی - چوہدری فرخ - چوہدری فرخ - چوہدری لیاقت - چوہدری محمد اکرم - حافظہ نعمان - حسن بی - حیدر - حنا - خرم - حنا بیگم - حنا - خالد - رحیم - رحمان - رحمنہ

[illegible][illegible]

رانی شیر حیدر شیر خاور علی۔ شکیلہ۔ شوکت نواز۔ شوکت تیمور۔ شیخ
نواز۔ صفدر علی۔ صفدر علی۔ صفیہ بیگم۔ صفیہ حیدر۔ صادق سران۔
طارق محمود۔ طارق ولایت بیگم۔ ظہیر۔ عابد۔ عابد علی۔ عارفہ۔
عاشق علی۔ عبداللطیف۔ عبدالرؤف۔ عبدالسلام۔ جعفر خان۔ جید علی۔
عبید محسن۔ عدیل عارف۔ عذرا محمد خوار۔ عرفان چیمہ۔ عزیز۔ عی
رضہ علی رضا۔ عمر۔ غوث اختر۔ فرحت جی۔ فرحت بی بی۔ فریدہ
جلال۔ فریدہ اوصاف۔ فقیر محمد انجیز۔ فوزیہ زاہد۔ فہد۔ فقیر مسن۔
فیصل۔ قاضی توقیر۔ قاضی ظفر۔ قاضی ظفر۔ قاضی ذیل عباس۔
قاضی مسعود عباس۔ قاضی شرف۔ قاضی نادر۔ قاضی نادر۔ کاشف
عظیم۔ کاشف عظیم۔ کرن خیل۔ کرن نذر حسین۔ لالہ رش۔ محمد
ابراہیم محمد ارشاد۔ محمد ارشد۔ محمد اسحاق۔ محمد اسلم شاہ۔ محمد اسلم
بیگم۔ محمد افضل۔ محمد اقبال۔ محمد اقبال۔ محمد انور کمال۔ محمد انور۔ محمد
بکاش۔ محمد حسین۔ محمد رضا فریدی۔ محمد رضوان۔ محمد زاہد۔ محمد سعید
الکمر۔ محمد شاہد سمیر۔ محمد شہزاد۔ محمد صادق۔ محمد ظہیر۔ محمد ظہیر
رضوان۔ محمد ظہیر ہادی۔ محمد عارف۔ محمد عاصم۔ محمد عظیم۔ محمد علی
رضہ۔ محمد علی۔ محمد عیبر۔ محمد عیسیٰ فیاض۔ محمد فیاض شاہ۔ محمد فیصل۔ محمد
گفر۔ محمد نعیم۔ محمد نعیم۔ محمد یعقوب۔ مشتاق خان۔ معاذ صدیقی۔
ملک عابد شاہ۔ ملک عابد۔ ملک کاشف۔ ملک کاشف۔ ملک محمد حنیف۔
مشتی نور۔ مشتی یونس۔ مشتی یونس۔ منیر احمد۔ میر سکندر۔ میر محمد حسین۔
میں احمد بکاش۔ میں اطہر۔ میں ساجد حسام۔ میں محمد نواز۔ نازش
جیل۔ چرش علی۔ ناصر علی۔ ناصر جمال۔ نجمہ وحیدہ۔ ندیم قادری۔
نہت حسین۔ نہت ریاض۔ نسرین جمیل۔ نسرین حیدر۔ نسرہ خان۔
نمرہ گل۔ نوازش علی۔ نومی احمد۔ وہاب ریاض۔ وہاب خیل۔ ذاکر
غلام علی۔ ذاکر محمد ارشاد۔ یاسین۔ یونس۔

انک:- آصف۔ آفتاب احمد۔ آفتاب جمال۔ آفتاب حسین۔
آفتاب احسان الدین۔ احمد شاہ ارشد عمران۔ ارشد محمود۔ ارشد
نوبہ اشفاق۔ انجم بلال۔ انور مقصود۔ اویس مریم۔ امین شاہ۔ بشیر
احمد۔ بکرم عبدالرزاق۔ پروین اختر۔ عیوب احمد۔ عیوب نذر۔ جویریہ
شاہین۔ حانی خوشنود احمد۔ حانی عبد ارزاق۔ حانی
عبدالرحمن۔ احمد نواز۔ حمید احمد۔ حمیرا یاسمین۔ رحیمہ خوشنود۔ ران
بیگم۔ روینہ نصیر۔ زبیدہ یاسمین۔ زاہدہ سیمہ۔ حید۔ سعید احمد۔ سعید
خان۔ سعیدہ بی بی۔ سہیل خوشنود۔ شادیہ۔ شاہد محمود۔ شاہد یاسمین۔
شہیم و سہیل۔ شکیل احمد۔ شعیب بی بی۔ شہناز۔ شیراز جمال۔ صائمہ شیراز۔
صادق۔ صفر علی بی بی۔ صادق سعید۔ صادق محمود۔ طیبہ۔ حید علی شاہ۔
عابدہ صادق۔ عباد الدین۔ عباس علی فاروقی۔ عبدالرشید۔ عبد الوحید۔
عزیز بی بی۔ عذر مقصود۔ عظمت سلطان۔ عظیمہ صدیقی۔ منیرین اسلم۔
فیصل سلطان۔ فیصل خوشنود۔ کاشف عظیم۔ کنار عظیم۔ کنار عظیم۔

یاسین۔ یونس۔ علی۔ میمنہ عالم۔ محمد احمد سلیمان۔ محمد ارسلان۔ محمد اسلم
ملک۔ محمد آصف صادق۔ محمد اعظم۔ محمد انور جادیہ۔ محمد حسین۔ محمد
سلیم۔ محمد سلیم حیدر۔ محمد صادق۔ محمد فرحان شاہ۔ محمد قیوم۔ محمد
مسکین۔ محمد نعمان صادق۔ محمد ملتان صادق۔ محمود عالم۔ محمود۔ مدثر
عالم۔ مدیحہ وقار۔ مریم مشتاق۔ مریم حمیر۔ مصطفیٰ وقاص۔ ملک
گلاب دین۔ نازہ اقبال۔ نادیہ انور۔ نازیہ بی بی۔ ناصر اویس۔ ناصر
اویس۔ نسیم فردوس۔ نصیر الدین۔ نکس احمد۔ نکست عباس۔ نور البشر۔
نوبہ اسلم۔ نوبہ خوشنود۔ واجدہ فاروقی۔ وسیم صدیقی۔ ہاجرہ شیراز۔

جھلم:- آسان۔ کھوار۔ آسانہ احمد۔ اقبال بیگم۔ حبیب احمد۔
حیدر خان خان۔ راشد محمود۔ ربیعہ طارق۔ رشیدہ عیوب۔ زبیدہ کوثر
چند حسین۔ سلمان احمد۔ سلیمہ بی بی۔ سید قمر النساء۔ سید منظور حسین
شاہ۔ شفیقہ بیگم۔ سانکہ میر۔ طاہر۔ ظہیر حسین۔ عابدہ شاہین۔ عالیہ
نوبہ۔ ظہیر احمد۔ عدیل احمد بٹ۔ عدیل احمد۔ عظمت علی شاہ۔ فرحت
حسین۔ فریدہ خانم۔ فریدہ کوثر۔ فہمیدہ بیگم۔ قاری ارشاد حسین زار۔
کشم بی بی۔ کنوٹ بیگم۔ محمد اصغر۔ محمد امین۔ محمد سعید۔ محمد عظیم۔ محمد
قمر۔ محمد مسعود۔ محمد ناصر محمود۔ محمد آصف۔ محمد یعقوب۔ مدیحہ طارق۔
مس مقصود۔ متبول بیگم۔ منیر حسین۔ نائلہ حنیفہ۔ ناید اختر۔ نعمان
احمد۔ نقوی۔ نوبہ احمد۔ ولایت بیگم۔ ذاکر عیوب حسین۔

شیخوپورہ:- انیار بی بی۔ بشری سلطانہ۔ بلال سعید۔ پروین
اختر۔ خیر۔ جمیلہ اختر۔ جنت بی بی۔ جیدہ۔ حسن بی بی۔ خاور۔ دیبا۔
رخسہ۔ رضیہ پروین۔ رضیہ ظفر۔ رفعت رشید۔ رمضان۔ زبیدہ۔
نوزیہ۔ سحر انجم۔ سمیرا امیر۔ سمیرا اناز۔ شادیہ۔ شکیلہ صدیقی۔ شہناز
اختر۔ سائیدہ زین۔ عابدہ شفیق۔ عارف محمود۔ عقیلی شہزادی۔ فرحانہ
جول۔ فرحانہ یاسمین۔ کاشفہ مزل۔ کوثر اقبال۔ لیلیٰ اشرف۔ محمد
انجم۔ محمد اسحاق۔ محمد شفیق۔ محمد وحید احمد۔ مسرت فزار مسرت
ہاشمہ۔ نادیہ اشرف۔ نازیہ جادیہ۔ ناصرہ تبسم۔ نوبہ سعید۔

شاہ کوٹ:- امت ارشد۔ انوری یعقوب۔ پروین اختر۔
پروین۔ نسیم اختر۔ شادیہ جمیلہ اختر۔ جنت بی بی۔ چند گلشن۔
زبیدہ۔ سحر انجم۔ سفینہ بی بی۔ سمیرا اناز۔ شادیہ اشرف۔ شادیہ انجم۔
شائلہ نورین۔ شہناز اختر۔ عابدہ شفیق۔ عارف محمود۔ عقیلی اشرف۔
عقیلی شہزادی۔ کوثر النساء۔ لیلیٰ اشرف۔ مسرت انوار بی بی۔ پروین۔
یاسمین۔

کوٹ ادو:- اشرف علی۔ اقصیٰ اشرف۔ اکبر علی۔ امان
انہ۔ امتیاز علی۔ بابر حسین۔ بشری بابر۔ شاتارہ۔ جادیہ اقبال۔
چوہدری امیر علی۔ قباب قاسم۔ راشد تاج محمود۔ رفعت بی بی۔
راجینہ شاہین۔ سعیدہ محمد۔ سکینہ بی بی۔ شکیل احمد۔ شائلہ بابر۔



پاکستان سوسائٹی



ایکسوس

روحانی ورکشاپ

اللہ کے راستے

کس طرح سوچتے ہیں...؟؟

سلسلہ عظیمیہ کے امام حضرت محمد عظیم بریلوی، قائد ربابہ اولیاء کے ہینتیسویں یوم وصال کے موقع پر قائد ربابہ شہور فہ اندیش کے زیر اہتمام روحانی ورکشاپ بعنوان "اللہ کے دوست کس طرح سوچتے ہیں" 26 جنوری 2015ء، مرکزی مراقبہ ہاں، کراچی میں منعقد ہوئی۔ جس میں شریک خواتین و حضرات نے تبادلاً خیال کیا۔ اس موقع پر سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی صاحب نے ورکشاپ کا وزٹ کیا، مختلف ٹرمینس میں جائزہ لیا اور کونسل اور شرکاء ورکشاپ کے اجتماعی اور ذوق و شوق سے لیا گیا نکات پر غور و فکر اور باتشیں کو سامہ آیا۔



اس بین الاقوامی روحانی تربیتی ورکشاپ سے مہمان اعزازی وفاقی اردو یونیورسٹی کے وائس چانسلر ڈاکٹر حفصہ اقبال نے خطاب کرتے ہوئے کہا کہ "آکر کسی معاشرہ میں احترام انسانیت نہ رہے تو وہاں بربریت، وحشت، کرب و غم اور وحشت پروان چڑھتی ہے۔ انہوں نے کہا کہ تصوف کی تعلیمات احترام انسانیت کا

درس دیتی ہیں۔ اولیاء اللہ انسان کو درپیش بنیادی سوالات کے جوابات پر امن و امان سے ملنے میں رہنمائی دیتے ہیں۔" انہوں نے کہا کہ جہاں تصوف قرآنی تعلیمات کے مطابق ہو وہاں تو اذن ہمیشہ برقرار رہے گا۔ صوفیانہ تعلیمات کو بھی جامعات کے دائروں میں لایا جانا چاہیے۔ انہوں نے سلسلہ عظیمیہ کے تعلیمی نظام کو اردو یونیورسٹی سے ملحق کرنے کا احالان کیا۔ صدر قائد ربابہ شہور فہ اندیش، ورکشاپ کے آرگنائزر، ڈاکٹر و قاریوسف عظیمی نے اپنے خطاب میں کہا کہ "تصوف کی تعلیمات انسان کو زندگی کے مقصد اور دینی احکامات کی قیمتوں سے آگاہ کرتی ہیں۔ انہوں نے کہا کہ سلسلہ عظیمیہ کی تعلیمات کا منبع قرآن و سنت اور اولیاء اللہ کی تعلیمات ہیں۔ سلسلہ عظیمیہ کے سربراہ خواجہ شمس الدین عظیمی کا پیغام یہ ہے کہ قوم کی اولاد آپس میں اتفاق اور احترام سے ساتھ رہے۔"



ورکشاپ آئینہ نمک نیکی نے اراکین، اہل قاریج، سفیر نیکی سے ساتھ کرپ فوٹو (وائس سے پیش) محمد علی شاہ، آپ منظور انشا، والدہ ریحانہ صادق، والدہ وقار جی، سفیر نیکی، والدہ راشدہ متین، والدہ شمیم عامر، محترمہ آسیہ، محترمہ، محمد شاہد، والدہ محمد طارق، پردہ فیہر شاہد، وافی کے ساتھ آن ٹرنک نیکی کے محمد عارف، محمد آصف، شہید محمد اور محترمہ گل نسرین



حائشہ خان، وافی آتی، مہوش حارث اور الینا جتوہ اسے ورکشاپ کی کاروائی کو سہارا دیا، عربی، انگریزی اور روسی زبان میں بیان کیا۔ قلم اذین، فنیہ اور اشید نے تلاوت کلام پڑھا، جو یہ سلیم نیکی نے نعت رسول مقبول ﷺ پیش کی، ورکشاپ آئینہ نمک نیکی سے رکنی محمد فزیشن شہناز، خوش آمد یہ کیا اور ورکشاپ کا مقصد، طریقہ کار بیان کیا۔



ورکشاپ کے شرکا

رواقی قلم نیکی

196

عام طور پر چھ سات سال کے بچوں کی عمر میں یاد رہتی ہیں، ابھی آپ آنکھیں بند کر کے کوئی بھی آٹھ دس سال کی عمر کی بات سوچئے، آپ کو اس عمر کی کوئی بات یاد آتی ہے۔ آپ نے شخص دو منٹ کے لیے غور کیا اور زندگی کا ریکارڈ آپ کے سامنے آگیا، اور زیادہ دیر کرتے تو اور بھی یاد آ جاتا۔ لب وہ جو آپ نے اللہ کو کہا تھا کہ قالوا بلیٰ تمی ہاں آپ ہمارے رب ہیں۔ وہ کیوں نہیں دیکھ سکتے؟....

اس کا مطلب یہ ہوا کہ ہر انسان اگر چاہے تو وہ چیزیں جو ازل میں دیکھ چکا ہے۔ جو اللہ کی ربوبیت کا اقرار کر کے سجدہ کر چکا ہے، اگر وہ اس پر کنسنٹریشن کر لے، تو وہ اس عالم کو بالکل اسی طرح دیکھ لیتا ہے جس طرح وہ اپنا بچپن دیکھ لیتا ہے....“

قبل ازیں قاری صاحبزادہ محمود حسین نے قرآنی آیات کی تلاوت کی۔ نعت رسول مقبول ﷺ معروف نعت خواں سید اسد ایوب نے پیش کی۔ انیس جازئی نے حضرت قلندر بابا اولیاء کی شان میں منقبت پڑھی۔ سلسلہ عظیمیہ کے ان دوستوں کے لیے جو گزشتہ سال اس دنیا سے رخصت ہو گئے، دعائے مغفرت کی گئی۔ محفل کے اختتام پر نبی آخر حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کی خدمت

اقدس میں ہدیہ صلوٰۃ والسلام پیش کیا گیا اور ملک میں امن و امان کی صورتحال میں بہتری کے لیے، ملک کی سلامتی و خوشحالی کے لیے دعائیں مانگی گئیں۔

اس تقریب میں پاکستان کے مختلف شہروں کے علاوہ امریکہ، کینیڈا، برطانیہ، ہالینڈ، روس، آسٹریلیا، انڈونیشیا، متحدہ عرب امارات اور بحرین سے مختلف شعبہ ہائے زندگی سے تعلق رکھنے والے ہزاروں افراد نے شرکت کی۔ تقریب کی نظامت کے فرائض احتشام الحق نے سرانجام دیے۔

سلسلہ عظیمیہ کے کارکنان نے زائرین کو سہولتوں کی فراہمی کے لیے بہت اچھے انتظامات کئے تھے۔ باہر سے آنے والے زائرین نے ان انتظامات کو سراہا اور عظیمیہ کارکنان کی بہت تعریف کی۔

درکشپ اور عرس کے انتظامات کے لیے ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی گزشتہ تین سال سے مختلف کمیٹیاں قائم کرتے ہیں۔ یہ کمیٹیاں وارڈز، نینس کمیٹی اور ورکنگ کمیٹیاں کہلاتی ہیں۔ ان کمیٹیوں کے ارکان انتہائی عقیدت اور احترام سے قلندر بابا اولیاء کے عرس کے زائرین کی مہمان نوازی اور دیگر خدمات سرانجام دیتے ہیں۔

رپورٹ: آصف کامران تصاویر: رحمن اللہ

آپ کے کالم میں اچھے لکھے ہوئے اردو ارسال کرنے والے خوانین و حضرات سے درخواست ہے کہ قریب کے اتحاد کے فواید بھارت ارسال کر دیا کریں، نیز روحانی ڈانچٹ میں شائع شدہ رپورٹس کا مطالعہ کریں اور اسی انداز کو مدنظر رکھ کر خوشحال تحریک میں ایک سطر مہموزہ مسئلہ کے ایک باب لکھ کر ارسال کریں۔ مقررین کی تصاویر کی پشت پر بال پوائنٹ سے ان کے نام ضرور تحریر کریں۔ رپورٹس کی اشاعت ان کی اہمیت اور نوعیت کی بنیاد پر کی جاتی ہے۔ دیر سے موصول ہونے والی، بے ترتیب اور غیر واضح رپورٹس شائع نہیں کی جاسکتی۔ (ادارہ)

بھیہ: اکیسویں روحانی تریجی ورکشاپ



ورکشاپ آبرورز کمپنی کے
کے مرتب کردہ نتائج کے مطابق
اجماعی کارکردگی پر راولپنڈی کے
ڈاکٹر ساجد غوث اول، حیدر آباد کی
کتیز قاطمہ اور لاہور کے ارشاد علی
خان دوم، جبکہ کراچی کی منزہ اظہر
اور لندن کے صفدر علی کو سوم قرار
دیا گیا۔ پوزیشن حاصل کرنے والے
گروپس کو کتابوں کے تحائف پیش
کیے گئے۔ ورکشاپ میں شامل غیر
ملکی مندوبین کے گروپس میں سے
اول پوزیشن صدف جیلانی (کینیڈا)
نے حاصل کی۔ ورکشاپ میں
16 سال سے کم عمر بچوں کے چار
خصوصی گروپ بھی شامل تھے۔ اس
گروپ کے لیے خصوصی ٹرچر اور
ایکٹیوٹیا کی گئیں۔ بچوں کے
گروپس میں سے اول پوزیشن حاصل
کرنے والے گروپ کی کوآرڈینیٹر
اقراء شیر محمد (کراچی) تھیں۔
ورکشاپ کے اختتام پر شرکائے
ورکشاپ کو قدر شعور فاؤنڈیشن کی
جانب سے فاؤنڈیشن کے سرپرست
جناب خواجہ شمس الدین عظیمی،
فاؤنڈیشن کے صدر ڈاکٹر وقار یوسف
عظیمی اور جنرل سیکریٹری ڈاکٹر جلاید
سیح کے دستخطوں سے جاری کردہ
یادگاری سند دی گئی۔

روحانی ورکشاپ کے پوزیشن ہولڈرز کا ڈاکٹر وقار یوسف عظیمی کے ساتھ ٹروپ فوٹو

www.boo-sturk.com

صوفی بزرگ خواجہ شمس الدین عظیمی کی زیر اہانت

ماہنامہ

قلندر شعور

روحانی علوم کے رشتہ داری اور اعلیٰ علمی ذوق رکھنے والے اساتذہ و دانشوروں
اور خواجہ شمس الدین عظیمی کے لیے ہماری ایک اور علمی پیشکش

ایڈیٹر: حکیم سلام عارف عظیمی

ماہنامہ قلندر شعور میں آپ کے خواب، ان کی تعبیر، تجزیہ
اور مشورہ، سائنسی، علمی، ادبی، سماجی، آسمانی علوم
اور Ph.D کے مقالہ جات شائع ہو رہے ہیں۔

تازہ شمارہ منگوانے کے لیے بذریعہ فون یا خط رابطہ کریں۔

فون نمبر: 021-36912020

پتہ: B-54 سیکٹر C-4 سر جانی ٹاؤن، کراچی۔

Copied From Web



اولاد کی والد سے شکایتیں

☆☆☆

سوال: محترم وقار عظیمی صاحب....! میں آج بہت مجبور ہو کر آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔

میں تین بھائیوں کی اکلوتی بہن ہوں۔ دو بھائی مجھ سے بڑے ہیں اور ایک بھائی مجھ سے چھوٹا ہے۔

بڑے بھائی نے پانچ سال پہلے انٹر کے بعد پڑھائی کو خیر آباد کہہ دیا اور کاروبار کرنے کی خواہش ظاہر کی لیکن والد صاحب نے کہا کہ تمہیں کام کا کوئی تجربہ نہیں ہے اس لیے تمہیں پیسے نہیں دیئے جاسکتے۔

والد صاحب کی بے توجہی کے سبب اب بڑے بھائی زیادہ تر وقت گھر سے باہر رہنے لگے ہیں۔ راتوں کو ٹی وی پر فلمیں دیکھنا معمول بن گیا۔ گھر کا کوئی کام نہیں کرتے۔ سارا دن سوتے رہتے ہیں اور فینڈ پوری کر کے باہر چلے جاتے ہیں۔

ہمارے والد صاحب وکیل ہیں۔ ان کی محلے میں بہت عزت ہے۔ وہ صبح نکلتے ہیں اور رات کو گھر

آتے ہیں اس وجہ سے وہ گھر کے کئی معاملات سے واقف نہیں ہیں۔ دوسرے لوگوں کے کام اور سفارش بھی بہت شوق سے کرتے ہیں۔ کئی لوگوں کے مقدمے مفت لڑتے ہیں لیکن اپنے گھر والوں کے لیے ان کے پاس وقت نہیں ہے۔ شہر میں بڑے پیسے پرانے کے تعلقات بھی ہیں۔ والد صاحب کہتی ہیں کہ کسی سے بات کر کے بیٹے کو سیٹ کروادیں تو کہتے ہیں کہ کسی نے میری بات نہ سنی تو میری عزت خراب ہوگی۔

دوسرے بڑے بھائی نے انٹر کیا تو والدہ نے والد سے کہا کہ اسے کمپیوٹر کا اچھا والا کورس کروادیں لیکن والدہ صاحب نے یہ کہہ کر انکار کر دیا کہ وہ یہ انٹرز نہیں کر سکتے۔

میں نے انٹر کر لیا اور آگے پڑھنا چاہا تو مجھے گھر بٹھالیا کہ لڑکیوں کو زیادہ پڑھنے کی کیا ضرورت ہے۔ چھوٹے بھائی کا پڑھائی میں دل نہیں لگتا۔ بڑی مشکل سے پاس ہوتا ہے۔ اسے کرکٹ کھیلنے کا بہت شوق

ہے۔ والدہ کہتی ہیں کہ اسے کسی اچھے کرکٹ کلب میں شامل کر دایں لیکن ہمارے والد اس بات پر دھیان نہیں دیتے۔

ڈاکٹر وقار صاحب! میرے والد دل کے برے نہیں ہیں لیکن ان کی لاپرواہیوں نے ہم لوگوں کو برباد کر دیا ہے۔ دونوں بڑے بھائی بے روزگار ہیں۔ والدہ بروقت بیمار رہنے لگی ہیں۔ میں اپنے بھائیوں کو اعلیٰ مقام پر دیکھنا چاہتی ہوں لیکن ان حالات میں تو ان کا کوئی مستقبل نظر نہیں آتا۔

والد صاحب کو دوستوں اور Clients کا بہت خیال ہے لیکن گھروالوں کا کوئی خیال نہیں۔

جواب: آپ کے گھر لیا بڑی کی واحد وجہ آپ کے والد کی دفتری مصروفیات نہیں ہیں بلکہ ان کے ساتھ آپ لوگوں کا شکایتی رویہ بھی ہے۔ دراصل آپ نے یہ طے کر لیا ہے کہ آپ کے والد آپ لوگوں کے حقوق ادا نہیں کر رہے۔ آپ کی والدہ بھی آپ بین بھائیوں کے اس خیال کو تقویت پہناتی ہوں گی۔

آپ کو اس بات کا تو بہت دکھ ہے کہ والد صاحب نے آپ کے بھائی کو کاروبار کے لیے رقم نہیں دی یا دوسرے بھائی کے لیے سفارش نہیں کی۔ آپ خود ہی بتائیے کہ بڑوں نے آپ کو جو رقم لڑکے کو تربیت اور عمر بھر کی خیر ایک بڑی رقم تھا دینا کہیں کی حلقہ بندی ہوئی۔ اگر آپ کے بھائی میں صلاحیتیں ہوتیں تو وہ کسی جگہ کام کر کے اپنا مقام خود منوانے کی کوشش کرتا لیکن اس نے تو گھر کے عام سے کام کاج میں بھی اپنا حصہ نہ ڈالا۔ یہی حال آپ کے دوسرے اور تیسرے بھائی کا بھی محسوس ہوتا ہے۔

آپ اپنی والدہ کے ساتھ مل کر گھر میں ادب اور احترام کی فضا قائم کرنے کی کوشش کیجئے۔

اپنی والدہ کو سمجھائیے کہ وہ آپ کے والد کے سامنے اپنے پوائنٹ اسکورنگ کاروبار ترک کر دیں۔ آپ اپنے والد کا احترام کیجئے۔ ہفتے میں ایک دو دن ان کے ساتھ بیٹھ کر ان کی دلچسپی کی باتیں کیجئے۔ ان کی پسند کے کھانے بنوائیے اور ان کے لیے کوئی خاص بھی بازار سے خرید کر لائیے۔

لڑکوں میں کشش

☆☆☆

سوال: میں سات بہنوں کا اکلوتا بھائی ہوں اور سب سے چھوٹا ہوں۔ اب میری عمر تیس سال ہو گئی ہے۔ میں بچپن سے ہی اپنی بہنوں کے ساتھ رہا۔ ان کے ساتھ کھیلتا تھا۔ اکثر بہنوں کے کپڑے چھین لیتا تھا اور باتیں بھی ان ہی کی طرح کرتا تھا۔

جب تھوڑا بڑا ہوا تو مجھے سمجھایا گیا کہ تم لڑکے ہو۔ لڑکوں کی طرح بی بیو کرنا سیکھو۔ مجھے بچپن سے ہی لڑکیوں کی طرح چلنے، بولنے کی ایسی عادت پڑ گئی ہے کہ باوجود بہت کوشش کے میرے ذہن سے لڑکیوں والی عادت ختم نہیں ہوئی۔

اسکول، کالج میں بھی ان عادتوں کی وجہ سے دوستوں نے میرے مختلف نام رکھے ہوئے تھے۔ جب سے بالغ ہوا ہوں تو خوبصورت لڑکے مجھے بہت اچھے لگتے ہیں۔ لڑکیوں میں مجھے کشش محسوس نہیں ہوتی۔

سب بہنوں کی شادیاں کرنے کے بعد اب والدہ کو میری شادی کی فکر لگی ہوئی ہے۔ میں انہیں کیسے بتاؤں کہ مجھے لڑکیوں میں کوئی دلچسپی محسوس نہیں ہوتی۔

میں اپنی کیفیات کسی دوست سے مشیر کروں تو میری بات مذاق کی نظر ہو جاتی ہے۔

جواب: آپ کو نفسیاتی مدد اور تحلیل نفسی کے

پیشہ کار سے مشورہ

عظیمی ریکی سینٹر..... تاثرات

(محمد ناصر.... کراچی)

دوسال قبل قانچ لیک کا ایک ہوا جس کی وجہ سے جسم کی رائٹ سائڈ مکمل طور پر مفلوج ہو گئی۔ اچانک اس مشکل صورتحال نے مجھے شدید ڈپریشن میں مبتلا کر دیا۔ میرے بچے میری تیمارداری کر رہے تھے۔ اچھے سے اچھا علاج ہو رہا تھا اور قانچ کا اثر تو بہت حد تک کم ہو گیا مگر میری جسمانی حالت کے ساتھ ذہنی صحت بھی متاثر ہونے لگی تھی۔ حافظہ کمزور ہو گیا تھا۔ اعتماد اور قوت ارادی ختم ہو گئی تھی۔ ڈاکٹر اور فزیو تھراپسٹ اس بات پر زور دے رہے تھے کہ مکمل صحت مند ہونے کے لیے آپ کو قوت ارادی سے کام لینا ہو گا۔ کسی جلنے والے نے عظیمی ریکی سینٹر سے رابطہ کرنے کو کہا۔ یہاں مجھے ریکی کے چند سیشن سے ہی کافی افادہ محسوس ہوا۔ پھر میں نے مستقل مزاجی سے ریکی کے کئی سیشن لیے۔ آج میں اپنے پیروں پر کھڑا ہوں، میرے حافظے میں بہتری آئی ہے اور اعتماد میں اضافہ ہوا ہے۔

مطلب میں آکر ہالفاؤ ملاقات کر لیں۔

جوانٹ فیملی سسٹم

☆ ☆ ☆

سوال: میری شادی کو سترہ سال ہو گئے ہیں۔ میرے چار بچے ہیں۔ ہم جو انٹ فیملی سسٹم میں رہتے ہیں۔ محترم ڈاکٹر صاحب.. آپ کی تحریروں سے اندازہ ہوتا ہے کہ آپ جو انٹ فیملی سسٹم کو بہت اچھا سمجھتے ہیں۔ آپ دانش ور ہیں، بہت تجربہ کار ہیں اس لیے آپ کی بات سے اختلاف کرنا مناسب نہیں مگر میں اپنے ذاتی تجربے کی بنیاد پر کہوں گی کہ جو انٹ فیملی سسٹم میں اچھائیاں کم اور خامیاں زیادہ ہیں۔

اس سسٹم کی سب سے بڑی غامی یہ ہے کہ یہ فیملی میں نئی شام ہونے والی عورت کو بہت زیادہ دبا کر رکھتا ہے۔ جو انٹ فیملی سسٹم میں آنے والی بہو کو نہ صرف سانس اور سر ہلکا کر دیتی ہے، نند اور کہیں تو دیور کا بھی پابند ہو کر رہنا پڑتا ہے۔

میرے شوہر اپنے چھ بہن بھائیوں میں چوتھے نمبر پر ہیں۔ یہ اپنے والد کا بہت زیادہ ادب کرتے ہیں اور یہ

ذریعے اپنی سوچ میں بنیادی تبدیلیوں کی ضرورت ہے۔

جب تک آپ کی خواہشات فطری انداز اختیار نہیں کر لیتیں اس وقت تک آپ کو شادی نہیں کرنا چاہیے۔ موجود صورتحال میں آپ کا شادی کرنا آپ کے ساتھ اور ایک لڑکی کے ساتھ شدید زیادتی ہوگی۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورہ نساء آیت 34 کا ابتدائی حصہ

الَّذِينَ آمَنُوا عَلَى النِّسَاءِ

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے اوپر دم کر دیں اور دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس یا نوے روز تک جاری رکھیں۔

رات اچھے قسم کے پانچ چھوہارے ایک کپ دودھ میں رکھ دیں۔ صبح دودھ چھوہاروں کے ساتھ گرم کر کے اور چھوہارے کھا کر دودھ پی لیں۔ یہ عمل اسی روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسم الہی یا قوی کا ورد کریں۔

آپ کراچی میں مقیم ہیں۔ اگر چاہیں تو کسی روز

مارچ 2015ء

بہت اچھی بات ہے۔ سب اولاد کو اپنے والدین کا ادب کرنا چاہیے۔

میرے شوہر اپنے بڑے بھائیوں اور بڑی بہن کا بھی بہت زیادہ ادب کرتے ہیں۔ بڑے بہن بھائیوں کا احترام کرتا بھی یقیناً اچھی بات ہے لیکن دونوں بڑے بھائی بھی انہیں بہت زیادہ دبا کر رکھتے ہیں۔

جوائنٹ فیملی کے ساتھ ساتھ کلہوڈا بھی مشترک ہے۔ کلہوڈا میرے سر کا بچا نہیں ہے۔ میرے دونوں بیٹوں کو اپنے ساتھ کام پر لگایا ہے۔ میرے دونوں بیٹوں کے ساتھ کام کرتے ہوئے اپنے اپنے انفرادی کلہوڈا بھی چکے ہیں۔ ان کے والد نے انہیں تو کچھ نہیں کہہ سکتے۔ میرے شوہر اپنے لیے کچھ سوچیں تو ان کے والد سخت ناراض ہو جاتے ہیں۔ لہذا انہیں سیکھ کر کسی کام کی بالکل بھی اجازت نہیں دیتے۔ کہتے ہیں کہ تجھ میں صلاحیت نہیں ہے۔

تین سال پہلے میرے ایک دیور کی شادی ہوئی۔ اس کے بعد سے میرے سر کا رویہ ہمارے ساتھ بہت زیادہ غصہ والا ہو گیا۔ وہ بات بات پر میرے شوہر پر احسان جتانے لگتا ہے، کہتے ہیں کہ میں نے تمہارے اوپر بہت پیسہ خرچ کیا ہے، تم میاں بیوی بہت فضول خرچ ہو، اب میں تمہیں کچھ نہیں دیا کروں گا، تم اپنے بچوں کے اسکول تبدیل کرواؤ۔

ہم ان سے کچھ عرض کرنے کی کوشش کریں تو غصے میں بے قابو ہو جاتے ہیں اور کہتے ہیں کہ تم میرے ساتھ ٹھیک طرح نہ چلے تو میں تم لوگوں کو مڑا چکھا دوں گا۔ تم کہیں کے نہ رہو گے۔

جواب: آپ کو درپیش مسئلے کے کئی پہلو ہیں۔ یہ مسئلہ صرف جوائنٹ فیملی سسٹم کی وجہ سے نہیں ہوا ہے، اس مسئلہ میں آپ کے شوہر کی جانب سے کام

میں بھرپور دلچسپی نہ لینا، بزنس کے حوالے سے عدم فعالیت، والد صاحب پر مالی لحاظ سے بہت زیادہ انحصار جیسی وجوہات بھی اہم ہیں۔

اس مسئلے کی وجوہات میں آپ کے سر صاحب میں حد درجہ بڑھی ہوئی اتانیت، تکبر اور خوشامد پسندی کے جذبات بھی شامل ہیں۔

بڑھاپا اپنے ساتھ کئی عارضے اور کئی نفسیاتی مسائل بھی لے کر آتا ہے۔ بعض بوڑھے لوگوں میں خاص طور پر بوڑھے مردوں میں دو چیزوں کی چپک بہت زیادہ بڑھ جاتی ہے۔ ایک مزید لمبی عمر کی تمنا، دوسرے دولت کی ہوس....

دولت کی ہوس آدمی کو لوگوں کے ساتھ زیادتی پر بھی ابھارتی ہے۔ لالچی آدمی کی ایک خاصیت یہ ہے کہ وہ تکمیل بھی ہوتا ہے۔ دولت کی ہوس میں آدمی ان لوگوں کو پسند کرتا ہے جو اس کے لیے پیسے کی فراہمی کا ذریعہ بنے رہیں اور ان لوگوں کو ناپسند کرتا ہے جو اس سے پیسوں کے طالب ہوتے ہیں۔ دوسری طرف خوشامد پرستی کے جذبے کی تکمیل کے لیے وہ اپنے خوشامدی لوگوں پر پیسے لٹاتا بھی ہے۔ اس طرح خوشامد پرستی اور دولت کی ہوس آدمی کو ایک عجیب متضاد کیفیات میں مبتلا کر دیتی ہیں۔

آپ کے سر پر اللہ رحم فرمائے۔ عمر کے اس حصے میں انہیں دنیا کی چپک اور دولت کی ہوس کے بجائے آخرت کی فکر نصیب ہو جائے۔ ایک مرتبہ آخرت کی فکر نے ان کی دل میں جڑ پکڑ لی تو وہ کئی نفسیاتی عارضوں سے محفوظ ہو جائیں گے پھر وہ انصاف کی بات کریں اور خود پر ظلم کرنے سے بھی باز رہیں گے۔

بطور روحانی علاج رات سونے سے پہلے اکتالیس مرتبہ سورۃ بقرہ کی آیت 256

مَدَنی سوسائٹی

لَا اِكْرَاهَ فِي الدِّينِ قَدْ تَبَيَّنَ الرُّشْدُ مِنَ
الْغَيِّ فَمَنْ يَكْفُرْ بِالطَّاغُوتِ وَيُؤْمِنْ بِاللّٰهِ
فَقَدْ اسْتَمْسَكَ بِالْعُرْوَةِ الْوُثْقَى لَا انْفِصَامَ
لَهَا وَاللّٰهُ سَمِيعٌ عَلِيمٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر والد کا
تصور کر کے دم کر دیں اور ان کی طرز فکر و عمل میں
مثبت تبدیلی کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز
تک جاری رکھیں۔

پڑوسی تنگ کرتے ہیں

☆☆☆

سوال: دس سال پہلے میرے شوہر نے ایک
فلٹ خریدا تھا۔ اس وقت اس بلڈنگ میں چند فلٹ آباد
تھے۔ ہم اپنی تین بیٹیوں کے ساتھ وہاں شفٹ
ہو گئے۔ پانچ سال میں تمام فلٹ آباد ہو گئے۔
دو سال پہلے میرے شوہر کا انتقال ہو گیا اور میں
بیٹیوں کے ساتھ اکیلی رہ گئی۔

اس بلڈنگ کے پڑوسی اچھے تھے۔ ہمارا بہت خیالی
رکھتے تھے۔ پچھلے سال وہ کسی دوسری جگہ شفٹ ہو گئے۔
اب جو نئے پڑوسی آئے ہیں وہ بہت ہی بھڑا لوگ ہیں
اور آئے دن ہمیں بہت زیادہ تنگ کرتے ہیں۔ اکثر اپنے
گھر کا کچرا ہمارے دروازے کے پاس پھینک دیتے ہیں
دو تین بار سمجھایا بھی ہے لیکن تنگ کرنے سے باز نہیں
آتے۔ رات کو نل بجا کر بھاگ جاتے ہیں، کبھی
دروازے پر لگا بلب توڑ دیتے ہیں۔ میں نے یونین
دالوں سے شکایت کی تو ایک دو دن تو خاموش رہی لیکن
پھر شرارتیں شروع ہو گئیں۔

ان کے گھر سے اکثر لائی جھگڑوں کی آوازیں آتی
ہیں۔ مرد آپس میں بات بات لڑنے مرنے پر تیار

مارچ 2015ء

رہتے ہیں۔ میرا بیٹوں کا ساتھ ہے۔ میں ڈرتی ہوں۔
آپ کوئی وظیفہ بتائیں کہ یہ ہمیں تنگ کرنا چھوڑ دیں۔
جواب: قرآن کریم میں پڑوسیوں سے حسن
سلوک کی تاکید پر جتنی کئی آیات موجود ہیں۔ اچھے
انسانوں کے لیے اپنے پڑوسی کا خیال، عزت و احترام
بہت ضروری ہے۔ پڑوسیوں کا خیال رکھنا اللہ اور اللہ
سے رسول ﷺ کی خوشنودی کا ذریعہ بھی ہے۔
ایک مرتبہ رسول کریم ﷺ نے فرمایا "وہ
مفص مومن نہیں جس کی ایذا رسانی سے اس کا پڑوسی
محفوظ نہیں۔" (مسلم)

مومن بندہ کسی کے لئے بھی ایذا رسانی کا سبب
نہیں بننا بلکہ وہ لوگوں کے لئے خیر کا ذریعہ بننا ہے یقیناً یہ
بندہ مومن کی شان نہیں کہ اس کی ذات سے کسی کو
تکلیف پہنچے۔

اللہ تعالیٰ سے دعا ہے کہ آپ کے پڑوسیوں کو
ہدایت عطا ہو۔

آپ بطور وظیفہ رات سونے سے پہلے سو مرتبہ
سورہ الصف (61) کی آیت نمبر 13

نَضْرُوْا قِيْنَ اللّٰهِ وَفَتْحٌ قَرِيْبٌ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بڑے
پڑوسیوں کے شر سے محفوظ رہنے اور حالات کی بہتری
کی دعا کریں۔

یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اللہ تعالیٰ کے
اسماء یا موصوفین یا عزیز کا ورد کیا کریں۔
شرارتیں بیٹنا

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر آٹھ سال ہے۔ یہ

بچپن سے ہی شرارتی ہے۔ اس کی طبیعت میں بہت زیادہ بے چینی ہے۔ گھر میں تو ایک منٹ بھی آرام سے نہیں بیٹھتا۔ اکثر اسکول سے شکایتیں آتی رہتی ہے کہ آپ کا بیٹا اپنی سیٹ پر تک کر نہیں بیٹھتا اور کلاس فیلو کو بھی جگ کرتا ہے۔ کسی کی پینل چھین لیتا ہے تو کسی کی کاپی چھپا دیتا ہے۔

رشتہ داروں کے یہاں جاکر تو ان کے بچوں کو مارتا ہے۔ ان سے چیزیں چھین لیتا ہے۔ جس وجہ سے کئی ایک رشتے داروں نے صاف کہہ دیا کہ تم اپنے بیٹے کو ہمارے گھر نہ لایا کرو۔

اب اسکول والوں نے بھی نوٹس بھیج دیا ہے کہ آپ کا بچہ بہت جگ کرنے لگا ہے اگر یہ ان حرکتوں سے باز نہ آیا تو اس کا نام اسکول سے خارج کر دیا جائے گا۔
جواب: رات جب بیٹا گہری نیند میں ہو تو اس کے سر ہانے اتنی آواز سے کہ آنکھ نہ کھلے اسی مرتبہ سورہ النساء (4) کی آیت 113 میں سے

وَأَنزَلَ اللَّهُ عَلَيْكَ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ
وَعَلَّمَكَ مَا لَمْ تَكُن تَعْلَمُ
وَكَانَ فَضْلُ اللَّهِ عَلَيْكَ عَظِيمًا (1)

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بچے پر دم کر دیں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ جاری رکھیں۔
لالچی شوہر... بے وفا ساتھی

سوال: پانچ سال پہلے میری شادی ان کی پسند اور شدید خواہش پر ہوئی تھی۔ شادی کے لیے انہوں نے ہمارے گھر کے بہت جگہ لگائے اور بالآخر میرے گھر والوں نے میری شادی ان کے ساتھ کر دی۔
شادی کے چند ماہ بعد انہوں نے ذہنی طور پر مجھے اتنا

مار چھڑا دیا کہ اب میری زندگی میں خوشی نام کی کوئی چیز نہ رہی۔ شادی سے پہلے محبت کے دعوے جھوٹے لگے۔
انہیں صرف میری سلبری سے محبت تھی۔ شادی کے بعد انہوں نے ملازمت چھوڑ دی کہ یہ ملازمت میرے میعاد کی نہیں ہے لیکن اس کے بعد سے آج تک انہوں نے کوئی ملازمت نہیں کی۔

بر ماہ میری سلبری نے لیتے ہیں۔ رات بھر کیبل پر انگلش فلمیں دیکھتے ہیں اور سارا دن سونے میں گزار دیتے ہیں۔ اس عرصے میں ہمارے ہاں کوئی اولاد بھی نہیں ہوئی۔

میں اس آس میں رہی کہ انہیں ایک نہ دن میری قدر ہو جائے گی کہ میں نے ان کے لیے کتنا ایثار کیا ہے لیکن میری امیدوں پر اس وقت پانی پھر گیا جب مجھے یہ معلوم ہوا کہ اب وہ کسی اور عورت کے چکر میں ہیں اور اس سے شادی کرنا چاہتے ہیں۔ یہ عورت بدو ہے اور اپنے شوہر کا کاروبار دیکھ رہی ہے۔ اس کے دو چھوٹے بچے ہیں۔ اس کے پاس جائیداد بھی کافی ہے۔

میں اس عورت کے دفتر گئی اور اپنا دکھڑا سنا یا تو وہ کہنے لگی کہ میں نے تو شادی کا ارادہ کر لیا ہے۔ دوسری شادی کرنا کوئی جرم تو نہیں ہے۔ ہاں تمہارے شوہر کو تمہارے حقوق ضرور ادا کرنا چاہیے لیکن میں اس سلسلے میں تمہاری کوئی مدد نہیں کر سکتی۔

اس وقت سے میری نیندیں اڑ چکی ہیں۔ ڈپریشن و پریشانی اتنی بڑھ گئی ہے کہ گم سم رہنے لگی ہوں۔ کچھ سمجھ نہیں آتا کہ میں کیا کروں۔

جواب: رات سونے سے پہلے استغاثیں مرتبہ سورہ احزاب (33) کی آیت 43
هُوَ الَّذِي يُصَلِّيْ عَلَيْكُمْ وَمَلَائِكَةُ

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

لِيُخْرِجَكُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ
وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيمًا ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اپنے شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں اور دعا کریں کہ انہیں آپ کے حقوق اچھی طرح ادا کرنے کی توفیق ملے۔

عمل کی مدت سم از سم ایک ماہ ہے۔ تاغہ کے دن شمار کر کے بعد میں پورے کرئیں۔

شام کے وقت پانچ مرتبہ سورہ قلق پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیں اور شوہر کا تصور کر کے دم کر دیں۔ یہ عمل اکیس روز تک جاری رکھیں۔

چلتے پھرتے وضو بے وضو کثرت سے اسمائے البیہ
یَا وَهْدُ یَا رَوْفُ یَا رَحِیمُ کا ورد کرتی رہا کریں۔

ڈراور خوف



سوال: میری اہلیہ کی عمر پینتیس سال ہے۔ دو سال پہلے ہمارے محلے کی ایک خاتون کا انتقال ہو گیا۔ دوسری خواتین کے ساتھ میری بیگم بھی ان کے ہاں گئیں۔ اس وقت وہ امید سے تھیں اور چوتھا مہینہ تھا۔ میت کا چہرہ دیکھ کر اچانک ان کی طبیعت خراب ہو گئی۔ محلے کی کچھ خواتین انہیں ہسپتال لے گئیں اور مجھے اطلاع کر دی۔ ڈاکٹروں نے کچھ دوائیاں لکھ دیں اور میں انہیں گھر لے آیا۔

کچھ دن تو آرام رہا پھر رات ہوتے ہی اہلیہ پر
اچانک گھبراہٹ طاری ہوئے لگتی۔ میری موجودگی
کے باوجود وہ ساری رات ڈر کے مارے جاگ
کر گزار دیتی ہیں۔

ان کیفیات میں ایک مہینہ گزر گیا اور ایک دن ان کا حمل ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے انہوں نے خود کو

کمرے تک محدود کر دیا۔ اندھیرے میں رہتا ان کے لیے محال ہے۔ کمرے کی لائٹ آن رکھتی ہے لیکن در و خوف کے باعث سوتی نہیں ہیں۔

دوسراں میں مختلف ڈاکٹروں کو دکھایا لیکن کوئی خاص افاقہ نہیں ہوا۔

ڈاکٹر وقار عظیمی صاحب ! میری اہلیہ کے لیے کوئی وظیفہ بتائیں کہ اس کا خوف ڈر ختم ہو جائے۔

جواب: اپنی بیگم سے کہیں کہ صبح اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ

لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْحَلِيمُ الْكَرِيمُ. سُبْحَانَ
اللَّهِ رَبِّ السَّمَوَاتِ السَّبْعِ وَرَبِّ الْعَرْشِ
الْعَظِيمِ. اَلْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. اَللّهُمَّ
اِنِّیْ اَعُوْذُ بِكَ مِنْ شَرِّ عِبَادِكَ

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک پیالی پانی پر دم کر کے پئیں اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ رات سونے سے پہلے اکیس مرتبہ

اَسْأَلُ اللهَ الْعَظِيمَ رَبَّ الْعَرْشِ الْعَظِيمِ أَنْ يَشْفِيكَ
 تَمَن تَمَن مَرَجِه درود شریف کے ساتھ پڑھ کر اللہ تعالیٰ
 کے حضور دعا کریں۔

یہ عمل آٹھ ماہ چالیس روز تک جاری رہے۔

صبح شام ایک ایک چچی شہد پائیں۔

ماں بننے کی امید...

☆☆☆

سوال: میری شادی کو چار سال ہو گئے ہیں۔ شادی کے بعد دو مرتبہ اولاد کی امید بندھی تھی لیکن پہلی مرتبہ حمل دو ماہ بعد اور دوسری مرتبہ تیسرے ماہ میں ہی ضائع ہو گیا۔ اس کے بعد سے آج تک کوئی امید نہ بندھی۔

ہم نے ڈاکٹر سے رجوع کیا۔ ہم دونوں میاں بیوی کے ٹیسٹ ہوئے۔ شوہر کی رپورٹ تو صحیح آئی۔ میری رپورٹ دیکھ کر ڈاکٹر نے تین ماہ کا کورس کرنے کا کہا لیکن پھر بھی میں امید سے نہ ہو سکی۔

میرے شوہر اولاد نہ ہونے کی وجہ سے بہت فکر مند رہتے ہیں۔ کہتے ہیں کہ اولاد نہ ہونے سے گھر سونا سونا سا لگتا ہے۔ میری کزن نے آٹھ سال پہلے آپ سے اولاد نہ ہونے پر علاج کروایا تھا جس سے اسے اولاد ہو گئی تھی۔ اس نے مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا۔ میں بہت امید سے آپ کو خط لکھ رہی ہوں۔ برائے کرم اس سلسلے میں میری رہنمائی اور مدد فرمائیں۔ میں ساری عمر آپ کو دعائیں دوں گی۔

جواب: آپ کراچی میں مقیم ہیں۔ اگر آپ چاہیں تو اپنے مسئلے کے لیے مطب تشریف لائیں اور لیڈی حکیم صاحبہ سے بالمشافہ ملاقات کر لیں۔ مزید معلومات کے لیے درج ذیل نمبر پر رابطہ کر لیں۔ 021-36688931

رشتہ طے نہیں ہوتا

☆ ☆ ☆

سوال: میری عمر تیس سال ہے لیکن ابھی تک میری شادی نہیں ہوئی۔ جب میں ڈاکٹری کر رہی تھی اس وقت تین چار رشتے آئے تو والدین نے یہ کہہ کر منع کر دیا کہ بچی ابھی پڑھ رہی ہے۔ اب ڈاکٹر بن گئی ہوں اور میرا ذاتی ٹیکہ بھی ہے جو ماشاء اللہ اچھا چل رہا ہے۔

والدہ صاحبہ نے رشتہ کے لیے کس کس سے کہہ رکھا ہے لیکن کہیں کوئی بات نہیں بنتی۔ لوگ آتے ہیں اور دیکھ کر چلے جاتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو کہنا ہے کہ تمہارا رشتہ بندھا ہوا ہے۔ جواب: عشاء کی نماز کے بعد ایک سوا ایک مرتبہ سورہ بقرہ (2) کی آیت نمبر 163

وَاللّٰهُمَّ اِلٰهَ وَاحِدٌ

لَا اِلٰهَ اِلَّا هُوَ الرَّحْمٰنُ الرَّحِيْمُ ○

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر شادی میں درپیش رکاوٹوں سے نجات اور بہتر جہد رشتہ طے ہونے کے لیے دعا کریں۔ اس عمل کی مدت کم از کم چالیس روز ہے۔ رہ جانے والے دن شمار کر کے بعد میں پورے کر لیں۔

عصر و مغرب کے درمیان پانچ مرتبہ سورہ فرق پانچ مرتبہ سورہ الناس اور تین مرتبہ سورہ کوثر پڑھ کر پانی پر دم کر کے پئیس اور اپنے اوپر بھی دم کر لیں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز یا زیادہ سے زیادہ نوے روز تک جاری رکھیں۔

ناپاکی کا وہم

☆ ☆ ☆

سوال: میری شادی کو بیس سال ہو گئے ہیں۔ میرے دو بیٹے ہیں۔ بڑا چنانچہ درہ سال کا اور چھوٹا بیٹا تیار دو سال کا ہے۔ بیٹی نہیں ہے۔

مجھے گزشتہ چار سال سے یہ وہم ہو گیا ہے کہ میرے ہاتھ ناپاک ہیں۔ شروع شروع میں تو یہ خیال دن میں چار پانچ بار آتا تھا اور میں خوب اچھی طرح ہاتھ دھو لیتی تھی۔ وقت گزرنے کے ساتھ ساتھ میرا وہم بڑھتا گیا اور مجھے مستقل یہ خیال رہنے لگا کہ میرے ہاتھ ناپاک ہیں۔

وہم کی شدت اتنی ہو گئی کہ میں کسی بھی چیز کو ہاتھ نہیں لگا سکتی کہ میرے ہاتھ لگانے سے گھر کی کوئی چیز

فیشل ڈاکٹر

تاپاک نہ ہو جائے۔

شوہر نے تین چار ڈاکٹروں سے میرا علاج بھی کر دیا لیکن کوئی خاص فرق نہیں پڑا۔ میں چار سالوں سے سکون کو ترس گئی ہوں۔ لوگوں سے ملنے سے کترنے لگی ہوں۔ میرے وہم سے میرا گھر متاثر ہو رہا ہے۔

برائے کرم کوئی وحید بتائیں کہ میرے ذہن سے ناپاکی کا وہم ہمیشہ کے لیے نکل جائے۔

جواب: صبح اور شام کے وقت اکیس اکیس مرتبہ
لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ الْعَظِيمُ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ الْعَرْشِ
الْعَظِيمِ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ رَبُّ السَّمَوَاتِ وَالْأَرْضِ
رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ ○

تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر ایک ایک میل
اسیوں شہر پر دم کر کے پتیس اور پتیس اوپر بھی دم کریں۔
یہ عمل آتم از ہم دو ماہ تک جاری رکھیں۔

پارتنر کی نیت بدل گئی

سوال: میرے شوہر تین سال قبل ایست میں
رہنے کے بعد تین سال پہلے پاکستان آ گئے۔ یہاں اپنا
کاروبار کرنے کے لیے رشتے داروں اور دوستوں سے
مشورے کے بعد چند دوستوں کے ساتھ گاریمنٹس کے
کاروبار میں پارتنر شپ کا فیصلہ کیا۔

دو سال تک تو کاروباری معاملات صحیح چلتے رہے
اور کاروبار بھی وسیع ہو گیا۔ اس کے بعد سے میرے
شوہر کے پارتنر نے شوہر کو مختلف جیسے بہانوں سے
تھک کر نا شروع کر دیا کہ کاروبار میں نقصان ہو رہا ہے
لہذا اب تمہیں منافع آتم ملے گا۔

شوہر کو اپنے دوست کی نیت پر شک ہو گیا اور انہوں
نے کمپنی کے سینئر اکاؤنٹنٹ کو اعتماد میں لے کر معلومات

کھیں تو پتا چلا کہ ان کے پارتنر زجھوٹ بول رہے ہیں۔
شوہر نے دوبارہ اپنے پارتنر سے بات کی تو وہ لڑنے
لگے۔ ایک پارتنر نے یہاں تک کہہ دیا کہ اگر تم لپٹا پیسہ
وانہیں لینا چاہتے ہو تو ہم قسطوں میں تمہیں واپس کر دیں
گے اور اس دوران تمہیں کوئی منافع نہیں دیا جائے گا۔

میرے شوہر پارتنر کی یہ بات سن کر بہت پریشان
ہو گئے۔ انہیں ڈر ہے کہ کہیں پارتنر زان کا پیسہ غصب
نہ کر لیں۔ ہماری سمجھ میں کچھ نہیں آ رہا۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد یارات سونے سے
قبل آیتیں مرتبہ سورہ حم السجدہ (41) کی آیت 30

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا
تَكَثَّرَ نَزْلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا
وَأُبَشِّرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ ○

تیارہ تیار دوبار درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دعا کریں
کہ معاشی معاملات میں اللہ تعالیٰ کی مدد اور حفاظت
بیش آپ کے ساتھ رہے۔ یہ عمل آتم از ہم چالیس روز
تک جاری رکھیں۔

وضو بے وضو کثرت سے یا وکیل یا عزیز کا
درود کریں۔ حسب استطاعت صدقہ کر دیں۔
ہر جمعرات کے دن آتم از ہم آیتیں روپے خیرات
کر دیا کریں۔

ڈاکٹر بننے کا خواب

☆ ☆ ☆
سوال: میں میڈیکل کے تھریڈاٹر میں ہوں۔ پہلے
دو سال تک تو میں نے ہر سمسٹر میں کامیابی حاصل کر لی
تھی لیکن تیسرے سال دو ہیپرز میں ٹپل ہو گئی ہوں۔

میں جب بھی کتابیں لے کر بیٹھتی ہوں تو سر بھاری
ہو جاتا ہے۔ مختلف قسم کے فضول خیالات آنے سے

ذہن الجھ جاتا ہے۔ اگر کوشش کر کے زبردستی کچھ پڑھ بھی لیتی ہوں تو شدید ذہنی تھکن ہو جاتی ہے۔
اب لہذا حالت دیکھ کر ڈرتی ہوں کہ کہیں ڈاکٹر بننے کا خواب ادھورا نہ رہ جائے۔

جواب: صبح کے وقت اکیس مرتبہ سورہ قمر 54 کی آیت 17

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ
فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ ۝

گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر پانی پر دم کر کے پیئیں اور اپنے اوپر دم بھی کر لیں۔ اس کے بعد پڑھائی میں دل لگنے اور امتحان میں اچھے نمبروں سے کامیابی کی دعا کریں۔ یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔
شام کے وقت ایک چمچی شہد پر اکیس مرتبہ اسم الہی یا علیہم یا حفیظ تین تین مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم کر کے پیئیں۔

یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔

مکان میں اثرات

☆☆☆

سوال: تین ماہ پہلے ہم اپنے نئے مکان میں شفٹ ہوئے تھے۔ ایک ماہ بعد ہمارے گھر میں خون کے تازہ چھینٹے فرش پر اور بیڈروم کی دیواروں پر پڑے ہوئے طے میں نے ملازمہ سے صاف کروا دیئے۔ اس کے بعد سے ہمیں اس مکان میں عجیب سی وحشت اور گھبراہٹ ہونے لگی۔ پہلے ایک بچے کی طبیعت خراب ہوئی۔ اس کے بعد دوسرے بیٹے کی طبیعت اچانک اتنی خراب ہو گئی کہ اسے ہسپتالز کرنا پڑا۔ من دو لوں بیٹوں کا ملازمہ چل رہی ہے۔

میں جب بھی بیڈروم میں جاتی ہوں مجھے بدبو کے احساس کے ساتھ اپنا سانس بھی رکتا ہوا محسوس ہوتا ہے۔

رات کو سوتی ہوں تو مجھے ایسا لگتا ہے کہ کوئی میرے چہرے کے پاس آکر سانس لے رہا ہے۔ آنکھ کھولتی ہوں تو کچھ نظر نہیں آتا۔ اب ایک ماہ سے بیڈروم میں رات کے وقت کسی کے چلنے کی آوازیں سنائی دیتی ہیں اور اکثر سوتے میں کوئی میرے چہرے کے انگوٹھے کھینچتا ہے۔ گردن اور ہاتھوں پر باریک باریک سرخ نشان بھی پڑنے لگے ہیں۔

میرے شوہر نے دو تین لوگوں کو گھر دکھایا۔ وہ کہتے ہیں کہ یہ مکان بھاری ہے۔ ایک صاحب نے محل بھی کیا لیکن جب کچھ تہہ ملی نہ آئی تو انہوں نے مشورہ دیا کہ آپ کسی روحانی بزرگ سے رابطہ کریں۔

میری خالہ آپ کا رسالہ کئی سالوں سے بہت شوق سے پڑھ رہی ہیں۔ انہوں نے میرے حالات سن کر مجھے آپ کو خط لکھنے کا کہا ہے۔

جواب: قرآن پاک کی سورۃ الزلازل (99) ایک سفید کاغذ پر سیاہ روشنائی سے لکھوا کر یا پرنٹ نکھوا کر فریم کروالیں یا پلاسٹک کو تنگ کروالیں اور اسے مکان کے دروازے کی دیوار پر کسی بلند جگہ پر آویزاں کر دیں۔ یہ فریم ایسی جگہ آویزاں کیا جائے جہاں آتے جاتے اس پر نظر پڑتی رہے۔

عصر مغرب کے درمیان نسبتاً بلند آواز کے ساتھ مکان کے صحن یا بڑے کمرے میں کھڑے ہو کر اذان دی جائے۔ مکان میں کم از کم گیارہ دن تک ایک وقت مقرر روپروا بندی کے ساتھ لوہان کی دھونی دی جائے۔ رات کے وقت گھر میں اندھیرا نہ کیا جائے۔ ایک یا زیادہ صبح روشن رکھے جائیں۔

اہل خانہ کے لیے نمک کا استعمال کم کر دیں اور ایک ایک چمچی شہد صبح شام پیئیں۔

تھیں کلاہٹ

☆☆☆

سوال: میری عمر پچیس سال ہے۔ میں غیر شادی شدہ ہوں۔ دو سال سے ایک آفس میں جاب کر رہی ہوں۔ گزشتہ ایک سال سے میرا وزن بڑھ رہا ہے۔ پیٹ بہت زیادہ باہر نکل آیا ہے۔ میں نے موٹاپا کم کرنے کے لیے کئی نوکے بھی استعمال کئے لیکن وقتی فائدہ ہوتا ہے۔

اس سال میری شادی طے ہے۔ میں اپنے موٹاپے کی وجہ سے بہت پریشان ہوں۔

جواب: وزن کم کرنے کے لیے آپ عظیمیہ بارڈریک تیار کردہ ہرٹل نیبیٹ مہزلین کا استعمال کر سکتی ہیں۔ صبح نہار منہ اور شام کے وقت دو دو گولی مہزلین پانی کے ساتھ لیں۔

اس کے ساتھ ساتھ کھانوں میں شکر، مشائیاں، سوڈا ڈرنکس، آئسکریم وغیرہ نہ لیں۔ کھانے کھانے کے فوراً بعد پانی نہ پیئیں۔

ہرٹل نیبیٹ مہزلین کی ہوم ڈیلوری کے لیے درج ذیل فون نمبر پر آڈر بک کروایا جاسکتا ہے۔

021-36604127

ذمہ داریاں اور لگن

☆☆☆

سوال: میرے بیٹے کی عمر آئیس سال ہے۔ میٹرک کے بعد اس نے پڑھنا چھوڑ دیا۔ کوئی ہنر وغیرہ بھی نہ سیکھا۔ زیادہ تر گھر پر وقت گزارتا رہا۔ بڑی مشکل سے چھ ماہ پہنے اسے ایک جگہ ملازمت دلوائی، وہاں تین ماہ تک کام کیا لیکن پھر کام چھوڑ کر گھر بیٹھ گیا۔

آکر میں کچھ کہوں تو مجھ سے الجھ پڑتا ہے اور ناراض

جواب: جن لوگوں کے سامنے چھوٹے یا بڑے مقاصد نہ ہوں وہ حصول تعلیم کو لا حاصل محنت اور عملی زندگی کی مشقتوں کو بوجھ سمجھنے لگتے ہیں۔ ایسے لوگ ذمہ داریوں سے فرار چاہتے ہیں۔ فرار کی ان کوششوں میں کچھ لوگ اپنے جیسے فارغ لوگوں کی صحبت اختیار کر کے وقت برباد کرتے ہیں۔ کچھ لوگ دفعہ وقتی کے لئے کوئی شوق پال لیتے ہیں یا کسی لت میں مبتلا ہو جاتے ہیں۔

اس طرح کے لوگوں کی اصلاح کا ایک طریقہ یہ بھی ہے کہ ان میں کسی نہ کسی مقصد سے لگن پیدا کی جائے لیکن یہ خیال رکھنا ضروری ہے کہ خود ان کا اپنا شوق بھی اس مقصد سے ہم آہنگ ہو۔ اس مقصد کے حصول کے لئے ان کی مسلسل حوصلہ افزائی کی جائے۔ بطور روحانی علاج رات سونے سے قبل اکتالیس

مرتبہ سورہ العنکبوت (29) کی آیت 7

وَالَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ لَنُكَفِّرَنَّ

عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ

أَحْسَنَ الَّذِي كَانُوا يَعْمَلُونَ ○

میارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر بیٹے کا تصور کر کے دم کر دیں۔ اس کے مزاج کی اصلاح اور اس میں ذمہ داریوں کے احساس کے لیے دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم چالیس روز تک یا پھر تو سہ روز تک جاری رکھیں۔

.....مختصر مختصر.....

کشش و جاذبیت

فکرہ۔ مہرین۔ جورہ۔ وحید۔ عارف۔ راحت

جواب: رات سونے سے پہلے دو انجیر دودھ میں ڈال کر کھالیں اور دودھ پی لیں۔ کھانوں میں چند ہفتوں تک ہر دوسرے تیسرے دن میتھی کے ساگ کا استعمال کیجئے۔

پاک سوسائٹی ڈاٹ کام کی پیشکش

یہ شمارہ پاک سوسائٹی ڈاٹ کام نے پیش کیا ہے

ہم خاص کیوں ہیں :-

- ✧ ہائی کوالٹی پی ڈی ایف فائلز
- ✧ ہر ای بک آن لائن پڑھنے کی سہولت
- ✧ ماہانہ ڈائجسٹ کی تین مختلف سائزوں میں اپلوڈنگ
- ✧ سپریم کوالٹی، نارمل کوالٹی، کمپریسڈ کوالٹی
- ✧ عمران سیریز از مظہر کلیم اور ابن صفی کی مکمل ریچ
- ✧ ایڈ فری لنکس، لنکس کو پیسے کمانے کے لئے شرنک نہیں کیا جاتا
- ✧ ہر ای بک کا ڈائریکٹ اور ریزیوم ایبل لنک
- ✧ ڈاؤنلوڈنگ سے پہلے ای بک کا پرنٹ پریویو ہر پوسٹ کے ساتھ
- ✧ پہلے سے موجود مواد کی چیکنگ اور اچھے پرنٹ کے ساتھ تبدیلی
- ✧ مشہور مصنفین کی کتب کی مکمل ریچ
- ✧ ہر کتاب کا الگ سیکشن
- ✧ ویب سائٹ کی آسان براؤزنگ
- ✧ سائٹ پر کوئی بھی لنک ڈیڈ نہیں

We Are Anti Waiting WebSite

واحد ویب سائٹ جہاں ہر کتاب ٹورنٹ سے بھی ڈاؤنلوڈ کی جاسکتی ہے

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے بعد پوسٹ پر تبصرہ ضرور کریں

➡ ڈاؤنلوڈنگ کے لئے کہیں اور جانے کی ضرورت نہیں ہماری سائٹ پر آئیں اور ایک کلک سے کتاب ڈاؤنلوڈ کریں

اپنے دوست احباب کو ویب سائٹ کا لنک دیکر متعارف کرائیں

WWW.PAKSOCIETY.COM

Online Library for Pakistan



Like us on
Facebook

fb.com/paksociety



twitter.com/paksociety1

پانی دوپہر اور رات کھانے سے قبل ایک ایک پیالی پئیں۔
دو تین ماہ تک زیادہ چکرائی دلی اور دیر ہضم غذا گیں نہ لیں۔
بھوک نہیں لگتی
شرائے۔ لیسہ۔ مریم۔

جواب: بی بی جیے کو جب بھی دودھ پلائیں یا کچھ
کھانے کو دیں، گیارہ مرتبہ اسم الہی یا کو جیسٹہ پڑھ کر
کھانے پینے کی چیز پر دم کر دیں۔
نظر سے حفاظت کے لیے رات سونے سے پہلے
سات مرتبہ سورہ کوثر تین تین مرتبہ درود شریف کے
ساتھ پڑھ کر دم کر دیا کریں۔
یہ عمل ایک ماہ تک جاری رکھیں۔
حسب استطاعت کچھ صدقہ بھی کر دیں۔
زائد بال
قادر۔ نسرتن۔ شاہد۔

جواب: عشاء کی نماز کے بعد 101 مرتبہ
مَا يَقُولُونَ مَا لَا يَفْعَلُونَ
گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف سے ساتھ پڑھیں
اور دونوں ہاتھوں پر دم کر کے چہرے پر پھیر لیں۔ یہ
عمل نوے روز تک جاری رکھیں۔



روحانی فون سروس
گھر بیٹھے فوری مشورہ کے لئے
حضرت خواجہ شمس الدین عظیمی کی
روحانی فون سروس
کراچی 021-36688931, 021-36685469
اوقات: پیر تا جمعہ شام 5 سے 8 بجے تک

www.paksociety.com

چہرے میں کشش کے لیے بطور روحانی علاج فجر کی نماز
کے بعد سورہ یوسف کا پہلا رکوع پڑھ کر ہاتھوں پر دم
کر کے ہاتھ دعا کی طرح چہرے پر پھیر لیں۔
بہن بھائی لڑتے ہیں
نفیسہ۔ ثریا۔ عبدالغفار۔ فکیل۔

جواب: جب آپ کے بچے گہری نیند سو رہے ہوں
تو آتا لیس مرتبہ سورہ شوری (42) کی آیت نمبر 28
وَهُوَ الَّذِي يُنَزِّلُ الْغَيْثَ مِنْ بَعْدِ مَا قَنَطُوا
وَيَنْشُرُ رَحْمَتَهُ وَهُوَ الْوَلِيُّ الْحَمِيدُ
گیارہ گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ پڑھ کر دم
کر دیا کریں اور انہیں باہم محبت سے رہنے کی تلقین کرنے
کی دعا کریں۔ یہ عمل کم از کم ایک ماہ تک جاری رکھیں۔
پتے میں پتھری

تاکہ۔ قمر النساء۔ شہزاد۔ زمرہ
جواب: ڈاکٹر کی ہدایت پر عمل کریں۔ جب تک
آپریشن نہ ہو روزانہ صبح نہار منہ ایک بڑا سیب کھائیں
اور رات کو سوتے وقت زیتون کا تیل ایک چمچ پئیں۔
جب بھی پانی پئیں سات مرتبہ اسمائے الہیہ
الملک القدوس الرحمن الرحیم
پڑھ کر دم کر کے پئیں۔

باضعہ خراب رہتا ہے
فائزہ۔ نوشاد۔ قمر النساء
جواب: ایک چھانک سونف کو گرائینڈ کر کے
سونف بنالیں۔ یہ سونف 3 گرام لیکر اس میں 12 گرام
گل قند میں ملا لیں۔ یہ مرکب دوپہر و رات کھانے سے
پہلے استعمال کریں۔

اس کے علاوہ سبز شعاعوں میں تیار کردہ پانی ایک
ایک پیالی صبح نہار منہ اور شام ہرزہ شعاعوں میں تیار کردہ